



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديبالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

اللياقة النفسية والوعي الثقافي وعلاقتها بالاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر

د. وليد محمد أبو المعاطي

أستاذ علم النفس- كلية التربية - جامعة المنصورة

w2004@mans.edu.eg

د. منار منصور أحمد

د. صبحي سعيد الحارثي

أستاذ التربية الخاصة- كلية التربية- جامعة أم القرى أستاذ مشارك أصول التربية- كلية
التربية - جامعة المنصورة

الكلمات المفتاحية: اللياقة النفسية. الوعي الثقافي. الاتجاه نحو التطرف الفكري

المستخلص العربي

هدفت الدراسة إلى تعرف دلالة الفروق بين طلاب الجامعة بالسعودية ومصر في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري. ودلالة الفروق بين طلاب الجامعة في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري وفقا للجنس والفرقة الدراسية. وتعرف مستوى اللياقة النفسية والوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر. ونوع اتجاه طلاب الجامعة نحو التطرف الفكري (إيجابي. سلبي) بالسعودية ومصر. وتعرف العلاقة بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر. ودلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالاتجاه نحو التطرف الفكري من درجات الطلاب على مقياس اللياقة النفسية والوعي الثقافي. وأجريت الدراسة على عينة بلغت (٣٧٧) طالبا وطالبة من الفرق الدراسية المختلفة بكلية التربية منهم (٢٤٨) طالبا مصرياً. (١٢٩) طالبا سعوديا متوسط أعمارهم الزمنية (٢٢,٦٦) سنة بانحراف معياري قدره (٥,٤١). طبق عليهم مقاييس للياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف في العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١ م. واتباع المنهج الوصفي فقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق في الدرجة الكلية للتطرف لصالح الطلاب السعوديين ولم تظهر الفروق في الدرجة الكلية للياقة النفسية والوعي الثقافي وفقا للجنسية. ووجدت فروق في الدرجة الكلية للتطرف في اتجاه الذكور ولم تظهر الفروق في الدرجة الكلية للياقة النفسية والوعي الثقافي وفقا للجنس. ووجدت فروق في الوعي الثقافي في اتجاه طلاب الفرقة الأولى مقارنة بالفرق الأعلى. وجاء مستوى اللياقة النفسية لدى العينتين المصرية والسعودية أعلى من المتوسط. ومستوى الوعي الثقافي لدى العينتين المصرية والسعودية أعلى من المتوسط.



وكان اتجاه طلاب العنيتين المصرية والسعودية سالب نحو التطرف الفكري. ووجدت علاقة دالة سالبة بين اللياقة النفسية والاتجاه نحو التطرف الفكري. وعلاقة سالبة غير دالة بين الوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف. ووجدت علاقة موجبة دالة بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي. وتم التوصل لمعادلة للتنبؤ بالاتجاه نحو التطرف من خلال متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي. وفي ضوء النتائج تم تقديم مجموعة من التوصيات والبحوث المقترحة.

Psychological fitness and cultural awareness and their relationship to the attitude towards intellectual extremism among university students in Saudi Arabia and Egypt

Abstract

The study aimed to know the significance of the differences between university students in Saudi Arabia and Egypt in the variables of psychological fitness. cultural awareness and the attitude towards intellectual extremism. the significance of the differences between university students in the variables of psychological fitness. cultural awareness and the attitude towards intellectual extremism according to gender and grade. The level of psychological fitness and cultural awareness among university students in Saudi Arabia and Egypt. The type of university students attitude towards intellectual extremism (positive or negative) in Saudi Arabia and Egypt. The relationship between psychological fitness. cultural awareness and the attitude towards intellectual extremism and the significance of the regression coefficient to predict the attitude towards intellectual extremism from students 'scores on the scale of psychological fitness and cultural awareness. The study was conducted on a sample of (377) male and female students from different grades in the College of Education. (248) were Egyptian and (129) Saudi students had an average age of (22.66) years. with a standard deviation of (5.41). Measures of psychological fitness. cultural awareness. and the attitude towards intellectual extremism were applied to them in the 2020/2021. By following the descriptive approach .The study concluded that there are differences in the total degree of



intellectual extremism in favor of Saudi students. The differences did not appear in the total degree of psychological fitness and cultural awareness according to nationality. Differences were found in the total degree of intellectual extremism towards males and there were no differences in the total degree of psychological fitness and cultural awareness according to gender and there were differences in cultural awareness towards students of the first year compared to higher grades. The level of psychological fitness in the Egyptian and Saudi samples was higher than the mean. and the level of cultural awareness in the Egyptian and Saudi samples was higher than the mean. and the attitude of intellectual extremism of the Egyptian and Saudi students was negative and found a negative significant relationship between psychological fitness and the attitude towards intellectual extremism and a negative but non-significant relationship between cultural awareness and the attitude towards extremism. and found a positive relationship between psychological fitness and cultural awareness. An equation was found to predict the attitude towards extremism through the variables of psychological fitness and cultural awareness In light of the results. a set of recommendations and suggested research were presented.

Keywords: psychological fitness. cultural awareness. the attitude towards intellectual extremism.

مقدمة

التطرف الفكري مشكلة عالمية لا ترتبط بدولة أو ديانة أو جنسية وهو مشكلة متعددة الأبعاد وهو أصل الإرهاب. ويتسم المتطرف بالمبالغة والغلو والتشدد في التمسك فكرياً أو سلوكياً بجملة من المعتقدات. قد تكون دينية أو سياسية أو اقتصادية أو غير ذلك فيشعر الشخص بأنه يمتلك الحقيقة المطلقة التي لا تحتمل الخلاف أو النقاش فيشعر بالاختلاف عن بنيته الثقافية والاجتماعية وهو أسلوب مضطرب في التفكير يستخدم في كافة الجوانب الحياتية فيؤدي للتشدد في جميعها وينتج عنه ما يسمى بالتطرف الديني والسياسي والاجتماعي وغيرهم (رسالن. ٢٠١٨. ١٩٦. الرواشدة. ٢٠١٥. ٩٠).



ومع تزايد الدراسات التي تناولت التطرف الفكري فإن الحاجة إلى المزيد منها ضرورة تفرضها خطورة هذه الظاهرة وتأثيرها المتعظم على المجتمعات لذلك فقد قامت المنظمات وعقدت المؤتمرات ورصدت الميزانيات لمواجهة التطرف على مستوى العالم بغرض السيطرة عليه وتجفيف منابعه وحماية المجتمعات من آثاره المعوقة لكل أشكال التقدم والاستقرار.

وقد يكون من أوثق المتغيرات المرتبطة بالتطرف درجة الوعي لدى الشباب ومستوى اللياقة النفسية لديهم فالوعي يحقق الانفتاح على الثقافات ويخلق الإنسان المبدع المثقف المتفهم لطبيعة الأمور المراقب لأفكاره ومشاعره وسلوكه وواقعه والصعوبات والتحديات والفرص ومجالات القوة والضعف ومن ثم يحدث الرضا عن الذات وعن المجتمع. كما تحقق اللياقة النفسية التوازن في شخصية الفرد والتمتع بالصحة النفسية التي تمكنه من الاندماج الصحي في المجتمع.

فالوعي أساس مهم لعمليات التواصل إذ أنه ينطوي على قدرة الفرد على نقد الذات وفهم ما يتبناه من قيم ثقافية أو معتقدات أو تحيزات أو تصورات وأحكام فيجعله في حالة تساؤل دائم. لماذا يفعل الأشياء بهذه الطريقة؟ ولماذا يسلك بهذه الكيفية؟ وكيف يرى العالم؟ وماذا ستكون ردة فعله إذا سارت الأمور في اتجاه معين؟ (Elena. 697. 2015. Marion-Ivonne & Alexandra)

والوعي الثقافي يشير لفهم وتقدير العادات والقيم والمعتقدات في الثقافات المختلفة. والقدرة على دمج هذا الفهم والتقدير في التفاعل مع الآخرين من الثقافات المختلفة وأن الاختلاف بين الثقافات ليس معناه صفات سلبية أو إيجابية إنما هو مجرد اختلاف ووجود فروق ثقافية. (Birkholz. 2009.7)

وهو مجموعة من القيم والاتجاهات والمبادئ الثقافية التي تتيح للفرد أن يشارك مشاركة فعالة في أوضاع مجتمعه ومشكلاته: يحللها ويحكم عليها ويحدد موقفه منها ويدفعه إلى التحرك من أجل تطويرها وتغييرها (الجبر وعقيل وحسن. ٢٠١٧. ٨٤)

وقد أشارت دراسة Bhui. Otis. Silva. Halvorsrud . (2020) Freestone. and Jones. أن التطرف يؤدي إلى الاكتئاب وارتفاع معدل القلق والاغتراب عن المجتمع وإلى الشعور بعدم الولاء والانتماء له. ويتصف المتطرف بعدة صفات نفسية منها التعصب بالرأي تعصبا لا يعترف للآخرين بوجوده. والتصلب وقلة المرونة. وضعف الأنا الذي يبدو في ارتفاع مستوى التوتر. والمغايرة حيث تحاول



الشخصية المتطرفة أن تغاير ما عداها سواء في الفكر أو الرأي أو المعتقد أو السلوك. السعي للسيطرة والدفاع عما جمد في فكره. والجمود الفكري حيث تغلق على نفسها باب الحوار مع غيرها (القطاوي. ٢٠١٨. ٤٦-٤٧)

واللياقة النفسية هي مجموعة من المهارات الاجتماعية والانفعالية الضرورية للنجاح في الحياة كالتواصل بكفاءة والتحكم في الذات والتعبير المناسب عن المشاعر والتفاؤل والوعي بالذات القدرة على حل المشكلات والقدرة على التعامل مع الآخرين والتخطيط وتحديد الأهداف والمثابرة في أداء الأعمال (Elias& Sweissberg. 2000.189)

وقد توصلت دراسة الدمخي (Al- Damikhi. 2003) أن اللياقة النفسية تميز الطلاب المتفوقين عقليا وأكاديميا وإبداعيا عن غير المتفوقين في هذه المؤشرات. كما توصلت دراسة القطاوي (٢٠١٨) إلى عدم وجود علاقة بين التطرف ويقظة الضمير ووجود علاقة سالبة بين التطرف والانبساطية والمقبولية الاجتماعية والانفتاح على الخبرة. ووجدت علاقة دالة موجبة بين التطرف والعصابية. كما توصلت دراسة Trip. Marian. Halmajan. Drugas. Bora. and Roseanu. (2019) إلى أن الأفكار المتطرفة لدى المراهقين ترتبط بسمات الشخصية كالعصابية التي لها تأثير مباشر في التطرف والانطواء وضعف التفكير وقلة الخيال وانخفاض القبول.

ومع اضطراب التفكير لدى الشخص المتطرف فكريا فإن الحاجة تكون ملحة لفهم شخصيته ودرجة وعيه بالأحداث من حوله للوقوف على مصدر هذا الاضطراب وهو ما تسعى الدراسة الحالية للتعرف عليه

مشكلة الدراسة

تعاني الكثير من المجتمعات من مشكلة التطرف وتسعى جاهدة لوضع الحلول المناسبة لها وقبل التفكير في الحل يجب معرفة الأسباب فقبل وصف الدواء لابد من معرفة سبب الداء وتعد متغيرات الشخصية من المتغيرات التي تحكم سلوك الأفراد وبالتالي فإن معرفة سمات شخصية الأفراد ومستوى وعيهم يمكن من التحكم في سلوكهم والتنبيه بهذا السلوك في المستقبل. وتسعى الدراسة الحالية للتعرف على مستوى اللياقة النفسية والوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة وعلاقته بالتطرف الفكري.

تحدد مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية



- ١- ما دلالة الفروق بين طلاب الجامعة بالسعودية ومصر في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري؟
 - ٢- ما دلالة الفروق بين طلاب الجامعة في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري وفقا للجنس والفرقة الدراسية؟
 - ٣- ما مستوى اللياقة النفسية والوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر؟
 - ٤- ما نوع اتجاه طلاب الجامعة نحو التطرف الفكري (إيجابي. سلبي) بالسعودية ومصر؟
 - ٥- ما دلالة العلاقة بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر؟
 - ٦- ما دلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالاتجاه نحو التطرف الفكري من درجات الطلاب على مقياس اللياقة النفسية والوعي الثقافي؟
- أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة إلى تعرف:

١. الفروق بين طلاب الجامعة بالسعودية ومصر في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري.
 ٢. الفروق بين طلاب الجامعة في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري وفقا للجنس والفرقة الدراسية.
 ٣. مستوى اللياقة النفسية والوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر.
 ٤. نوع اتجاه طلاب الجامعة نحو التطرف الفكري (إيجابي. سلبي) بالسعودية ومصر.
 ٥. العلاقة بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر.
 ٦. ما دلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالاتجاه نحو التطرف الفكري من درجات الطلاب على مقياس اللياقة النفسية والوعي الثقافي.
- أهمية الدراسة:** تأتي أهمية الدراسة مما يلي:

- ١- تناولها لمتغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري وهي من المتغيرات الحديثة على البيئة العربية من ناحية ومتغيرات ذات أهمية بالغة من ناحية أخرى كونها ترتبط بالبناء النفسي للفرد والمجتمع.
- ٢- تتناول هذه الدراسة العوامل المرتبطة بالاتجاه نحو التطرف وهو أكثر من يشغل بال الأفراد والمجتمعات في الفترة الأخيرة



٣- عينة هذه الدراسة من طلاب الجامعة وهم أكثر الفئات استقطاباً من الجماعات المتطرفة والتعرف على خصائص بنائهم النفسي ودرجة وعيهم يمكن من وقايتهم من هذه الجماعات.

٤- يمكن أن يستفيد من نتائج هذه الدراسة الطلاب وأولياء الأمور والمجتمع بأثره والباحثين بوضع البرامج والعلاجية والإرشادية للوقاية من التطرف؟

تعريف مفاهيم الدراسة

اللياقة النفسية

تعرف اللياقة النفسية بأنها القدرة على التعامل بشكل فعال مع الضغوط والتحديات العقلية الفريدة كما ينطوي على القدرة على التكيف والمرونة والتعافي من المحن واستخدام القوة العقلية خاصة في الأوقات الصعبة (Bates. et al. 2010.23).

وتعرف إجرائياً بأنها التناسق بين الصفات النفسية لدى الفرد والتي تتضح من خلال القدرة على تفهم مشاعر الآخرين والرضا عن الحياة والتفاؤل تجاه المستقبل والرضا عن قدراته وإمكاناته وحسن توظيفها والسعي لتطويرها والشعور بالتوافق والسعادة مع نفسه ومع الآخرين.

الوعي الثقافي

عرفته كامبينها (Campinha.2007.27) بأنه الفحص الذاتي المتعمد والاستكشاف العميق للتحيزات الشخصية لدينا والصور النمطية والأحكام المسبقة والافتراضات التي نحفظ بها عن الأفراد الذين يختلفون عنا. وهو الوعي بالحياة اليومية بما يشمل من عادات وتقاليد وأعراف وأحكام وتفاعل وصور النشاط العام التلقائي والمنظم (عبد الرحيم ومهدي. ٢٠١٠. ١٤٨)

ويعرف إجرائياً بأنه الوعي بالأحداث السياسية الجارية والانشغال بها والمشاركة في الحياة السياسية. كذلك الوعي بتعاليم الدين وعدم مجاوزة حد الاعتدال. والوعي بطبيعة الاختلافات بين الثقافات والديانات وتقبل الآخر المختلف.

الاتجاه نحو التطرف الفكري

عرف التطرف الفكري بأنه مجاوزة حد الاعتدال والوسطية بالغلو والتشدد في الأفكار والآراء قد تكون دينية عقائدية. أو سياسية. أو اقتصادية. أو أدبية والتي تتنافى مع قيم المجتمع وعاداته وتقاليد. (Hopkins & Kahani-Hopkins.2009)



ويعرف إجرائيا بأنه مواقف الفرد المتشددة نحو الموضوعات السياسية ومحاولته فرض آرائه على الآخرين. وكذلك المغالات والتشدد في الأمور الدينية بالقدر الذي يتجاوز حد الاعتدال. ورفض تقاليد وعادات المجتمع والأعراف السائدة والتي تتعارض مع معتقدات الفرد الشخصية.

حدود الدراسة

تمثلت حدود الدراسة الحالية بمتغيراتها وعينتها من طلاب الجامعة في العام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١م. ومكان تطبيقها بمصر والسعودية. وأدواتها والأساليب الإحصائية المستخدمة.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي (الارتباطي- التنبؤي) والسببي المقارن.

مجتمع وعينة الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في جميع طلاب الجامعة بمصر والسعودية وتكونت عينة الدراسة من (٣٧٧) طالبا وطالبة من الفرق الدراسية المختلفة بكلية التربية منهم (٢٤٨) طالبا مصرياً . (١٢٩) طالبا سعوديا متوسط أعمارهم الزمنية (٢٢,٦٦) سنة بانحراف معياري قدره (٥,٤١).

أدوات الدراسة: تمثلت أدوات الدراسة في

- مقياس اللياقة النفسية. إعداد الباحثين
- مقياس الوعي الثقافي. إعداد الباحثين
- مقياس الاتجاه نحو التطرف الفكري إعداد الباحثين
- **مقياس اللياقة النفسية:** تم إعداد المقياس وفقا للخطوات التالية:
 - (١)مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم اللياقة النفسية مثل (المرسي. ٢٠٠٥؛ القرالة. ٢٠١٩؛)
 - (٢)تحديد الهدف من المقياس والذي تمثل في قياس مستوى اللياقة النفسية لدى طلاب الجامعة.
 - (٣)تحليل السمة موضع القياس : حيث تبين أن اللياقة النفسية مفهوم مركب من : الحساسية الاجتماعية. الرضا عن الحياة. التوجه للمستقبل. تقبل الذات.



(٤) صياغة مفردات المقياس: بناء على تحديد أبعاد مفهوم اللياقة النفسية فقد تم صياغة مجموعة من العبارات التي تقيس كل بعد. وقد بلغ عدد العبارات في الصورة الأولى (٦٤) عبارة.

(٥) تحديد بدائل الاستجابة: تم اختيار تدرج ليكرت الثلاثي (غالبا- أحيانا- نادرا) وتعطى الدرجات من (٣- ١) للعبارة الموجبة والعكس للعبارة السالبة.

(٦) التحقق من صدق وثبات المقياس: للتحقق من صدق المقياس. تم استخدام الطرق التالية:

- تم عرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من أساتذة علم النفس والتربية؛ للتعرف على دقة المقياس ومدى تحقيقه للهدف الذي وضع من أجله. وقد تركزت ملاحظات المحكمين على تعديل بعض الصياغات اللغوية. وهو ما أخذ به.

• التحليل العاملي التوكيدي

تم التحقق من الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. ولقد جاءت مؤشرات النموذج كما بجدول (١) التالي بعد حذف ٣ عبارات.

جدول (١)

مؤشرات النموذج الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي

المؤشر	قيمة المؤشر بعد التعديل
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٠٧
جذر متوسط مربعات البواقي (RMR)	٠,٠٧
مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٩٢
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩١
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٠

يتضح من جدول (١) أن مؤشرات النموذج تدعم صلاحية النموذج. حيث وقعت جميعها في المدى المقبول. وبالتالي يمكن الحكم بتوافر دلالات الصدق البنائي بمقياس اللياقة النفسية.

- الاتساق الداخلي



للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة من (٦٠) طالبا جامعييا بمصر والسعودية وقد تراوحت قيم معاملات بين ٠,٥١ - ٠,٧٢ لارتباط العبارات بأبعادها وبين ٠,٧٦ - ٠,٨٩ لارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس.

الثبت: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتي ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية. وقد تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة الفاكرونباخ بين ٠,٧٦ - ٠,٨٧ للأبعاد والدرجة الكلية. بينما تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة التجزئة النصفية بين ٠,٧٤ - ٠,٨٨ للأبعاد والدرجة الكلية وهي قيم ثبات عالية.

وبعد التحقق من صدق وثبات واتساق مقياس اللياقة النفسية يصبح المقياس في صورته النهائية مكونا من أربعة أبعاد يوضحها جدول (٢) التالي

جدول (٢)

أبعاد مقياس اللياقة النفسية

العدد	العبارات	البعد
١٧	من ١ - ١٧	الحساسية الاجتماعية
١٥	من ١٨ - ٣٢	الرضا عن الحياة
١٤	من ٣٣ - ٤٦	التوجه للمستقبل
١٥	من ٤٧ - ٦١	تقبل الذات

- **مقياس الوعي الثقافي:** تم إعداد المقياس وفقا للخطوات التالية:

١. مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم الوعي الثقافي مثل (Basalan& Temel. 2017 ; Carter. Lewis. Sbrocco. Tanenbaum.) Oswald. Sykora. 2006; Castro. Dahlin-Ivanoff & Martensson. 2015. Hadziabdic. Safipour. Bachrach-Lindström. &Hultsjö. 2016 سيد وقتاوي وسلطان. ٢٠١٦)
٢. تحديد الهدف من المقياس والذي تمثل في قياس مستوى الوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة.



٣. تحليل السمة موضع القياس : حيث تبين أن الوعي الثقافي مفهوم مركب من : الوعي السياسي. الوعي الديني. الوعي العام.

٤. صياغة مفردات المقياس: بناء على تحديد أبعاد مفهوم الوعي الثقافي فقد تم صياغة مجموعة من العبارات التي تقيس كل بعد. وقد بلغ عدد العبارات في الصورة الأولى (٤٠) عبارة.

٥. تحديد بدائل الاستجابة: تم اختيار تدرج ليكرت الثلاثي (غالبا- أحيانا- نادرا) وتعطى الدرجات من (١-٣) للعبارة الموجبة والعكس للعبارة السالبة.

٦. التحقق من صدق وثبات المقياس: للتحقق من صدق المقياس. تم استخدام الطرق التالية:

- تم عرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من أساتذة علم النفس والتربية؛ للتعرف على دقة المقياس ومدى تحقيقه للهدف الذي وضع من أجله. وقد تركزت ملاحظات المحكمين على تعديل بعض الصياغات اللغوية. وهو ما أخذ به.

• التحليل العاملي التوكيدي

تم التحقق من الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. ولقد جاءت مؤشرات النموذج كما بجدول (٣) التالي بعد حذف عبارتين.

جدول (٣)

مؤشرات النموذج الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الوعي الثقافي

المؤشر	قيمة المؤشر بعد التعديل
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٠٦
جذر متوسط مربعات البواقي (RMR)	٠,٠٥
مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٩٠
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٠
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٢

يتضح من جدول (٣) أن مؤشرات النموذج تدعم صلاحية النموذج. حيث وقعت جميعها في المدى المقبول. وبالتالي يمكن الحكم بتوافر دلالات الصدق البنائي بمقياس الوعي الثقافي.



- الاتساق الداخلي

للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة من (٦٠) طالبا جامعية بمصر والسعودية وقد تراوحت قيم معاملات بين ٠,٤٩ - ٠,٧٠ لارتباط العبارات بأبعادها وبين ٠,٧١ - ٠,٨٨ لارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس.

الثبت: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتي ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية. وقد تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة الفاكرونباخ بين ٠,٧٧ - ٠,٨٨ للأبعاد والدرجة الكلية. بينما تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة التجزئة النصفية بين ٠,٧٦ - ٠,٨٩ للأبعاد والدرجة الكلية وهي قيم ثبات عالية.

وبعد التحقق من صدق وثبات واتساق مقياس الوعي الثقافي يصبح المقياس في صورته النهائية مكونا من ثلاثة أبعاد يوضحها جدول (٤) التالي

جدول (٤)

أبعاد مقياس الوعي الثقافي

العدد	العبارات	البعد
١٠	من ١ - ١٠	الوعي السياسي
١٤	من ١١ - ٢٤	الوعي الديني
١٤	من ٢٥ - ٣٨	الوعي العام

- مقياس الاتجاه نحو التطرف الفكري: تم إعداد المقياس وفقا للخطوات التالية:

١. مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم الاتجاه نحو التطرف الفكري مثل (الرشيدي ٢٠١٧؛ محمد ٢٠١٥؛ أبو دوابة ٢٠١٢؛ الرميح ٢٠٠٨)
٢. تحديد الهدف من المقياس والذي تمثل في قياس نوع الاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة.
٣. تحليل السمة موضع القياس : حيث تبين أن الاتجاه نحو التطرف الفكري مفهوم مركب من : التطرف. التطرف الديني. التطرف الاجتماعي.



٤. صياغة مفردات المقياس: بناء على تحديد أبعاد مفهوم الاتجاه نحو التطرف الفكري فقد تم صياغة مجموعة من العبارات التي تقيس كل بعد. وقد بلغ عدد العبارات في الصورة الأولى (٣٨) عبارة.

٥. تحديد بدائل الاستجابة: تم اختيار تدرج ليكرت الثلاثي (غالبا- أحيانا- نادرا) وتعطى الدرجات من (٣- ١) للعبارة الموجبة والعكس للعبارة السالبة.

٦. التحقق من صدق وثبات المقياس: للتحقق من صدق المقياس. تم استخدام الطرق التالية:

- تم عرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من أساتذة علم النفس والتربية؛ للتعرف على دقة المقياس ومدى تحقيقه للهدف الذي وضع من أجله. وقد تركزت ملاحظات المحكمين على تعديل بعض الصياغات اللغوية. وهو ما أخذ به.

• التحليل العاملي التوكيدي

تم التحقق من الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. ولقد جاءت مؤشرات النموذج كما بجدول (٥) التالي بعد حذف ٣ عبارات.

جدول (٥)

مؤشرات النموذج الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الاتجاه نحو التطرف الفكري

المؤشر	قيمة المؤشر بعد التعديل
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٠٥
جذر متوسط مربعات البواقي (RMR)	٠,٠٥
مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٩١
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٣
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٠

يتضح من جدول (٥) أن مؤشرات النموذج تدعم صلاحية النموذج. حيث وقعت جميعها في المدى المقبول. وبالتالي يمكن الحكم بتوافر دلالات الصدق البنائي بمقياس الوعي الثقافي.

- الاتساق الداخلي



للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة من (٦٠) طالبا جامعية بمصر والسعودية وقد تراوحت قيم معاملات بين ٠,٥٠ - ٠,٧٧ لارتباط العبارات بأبعادها وبين ٠,٧٧ - ٠,٨٩ لارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس.

الثبت: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتي ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية. وقد تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة الفاكرونباخ بين ٠,٧٦ - ٠,٨٤ للأبعاد والدرجة الكلية. بينما تراوحت قيم معاملات الثبات المحسوب بطريقة التجزئة النصفية بين ٠,٧٢ - ٠,٨٤ للأبعاد والدرجة الكلية وهي قيم ثبات عالية.

وبعد التحقق من صدق وثبات واتساق مقياس الاتجاه نحو التطرف الفكري يصبح المقياس في صورته النهائية مكونا من ثلاثة أبعاد يوضحها جدول (٦) التالي

جدول (٦)

أبعاد مقياس الاتجاه نحو التطرف الفكري

العدد	العبارات	البعد
١١	من ١ - ١١	التطرف السياسي
١٢	من ١٢ - ٢٣	التطرف الديني
١٢	من ٢٤ - ٣٥	التطرف الاجتماعي

من العرض السابق يتضح أن أدوات الدراسة على درجة من الصدق والثبات تبرر استخدامها في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة

السؤال الأول: ينص على: ما دلالة الفروق بين طلاب الجامعة بالسعودية ومصر في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين وجاءت النتائج كما بالجدول التالي

جدول (٧)

قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين طلاب الجامعة بالسعودية ومصر



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة دمامي - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المتغير	البعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة
التطرف	التطرف السياسي	مصريون	٢٤٨	١٨,٠٨	٣,٢٦	٥,٢٢	٠,٠١
		سعوديون	١٢٩	٢٠,٠٨	٣,٩٦		
	التطرف الديني	مصريون	٢٤٨	١٩,٥٤	٣,٠٥	٧,١٢	٠,٠١
		سعوديون	١٢٩	٢١,٨٤	٢,٨٥		
	التطرف الاجتماعي	مصريون	٢٤٨	٢١,٧٠	٤,٠٧	١,١٠	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٢١,٢٦	٢,٩٦		
اللياقة النفسية	الدرجة الكلية	مصريون	٢٤٨	٥٩,٣٢	٨,٠٤	٤,٤١	٠,٠١
		سعوديون	١٢٩	٦٣,١٨	٨,٠٣		
	الحساسية الاجتماعية	مصريون	٢٤٨	٣٨,٦٤	٤,٣٤	١,٦٩	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٣٧,٨٨	٣,٨٧		
	الرضا عن الحياة	مصريون	٢٤٨	٣٣,٦١	٥,٦٥	٠,٥١	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٣٣,٣١	٤,٦٣		
التوجه للمستقبل	التوجه للمستقبل	مصريون	٢٤٨	٢٨,٨١	٢,٦٤	١,١١	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٢٨,٥١	٢,٠٧		
	تقبل الذات	مصريون	٢٤٨	٣١,٦٦	٢,٦٧	٠,٠٦	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٣١,٦٤	٢,٧٠		
	الدرجة الكلية	مصريون	٢٤٨	١٣٢,٣٦	٩,٩٣	١,٣٧	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	١٣١,٣٦	٧,٨٨		
الوعي الثقافي	الوعي السياسي	مصريون	٢٤٨	١٩,٥٩	٤,٨٨	١,٦٩	غير دالة
		سعوديون	١٢٩	٢٠,٤٦	٤,٢٩		
	الوعي الديني	مصريون	٢٤٨	٣١,٧٧	٣,٠٤	٤,٥٠	٠,٠١
		سعوديون	١٢٩	٣٠,٣٧	٢,٥٤		



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

	الوعي العام	مصريون	٢٤٨	٣٠,١٠	٤,١١	٤,٦٦	٠,٠١
		سعوديون	١٢٩	٣٢,٠١	٣,٥٧		
الدرجة الكلية	مصريون	٢٤٨	٨١,٤٧	٩,٢٣	١,٤٣	غير دالة	
		سعوديون	١٢٩	٨٢,٨٤	٨,٠٤		

يتضح من الجدول السابق. وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب الجامعة السعوديين والمصريين في بعدي التطرف السياسي والديني والدرجة الكلية للتطرف في اتجاه الطلاب السعوديين ولا توجد فروق بينهما في بعد التطرف الاجتماعي. كذلك لم تظهر فروق بين الطلاب في السعودية ومصر في متغير اللياقة النفسية. بينما وجدت فروق في الوعي الديني لصالح الطلاب المصريين وفي الوعي العام لصالح الطلاب السعوديين ولم تظهر فروق في بعد الوعي السياسي أو الدرجة الكلية للوعي الثقافي. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة التنشئة الاجتماعية وما يتم التركيز عليه في الثقافة العربية الإسلامية ووجود قواسم مشتركة لدى الثقافات العربية في عملية التنشئة لذا كانت خصائص الشخصية متشابهة ودرجة الوعي متقاربة وكذلك مستوى التطرف على الرغم من وجود بعض الفروق في التطرف الديني والسياسي في اتجاه الطلاب السعوديين وربما يرجع ذلك لعزوف الطلاب السعوديين عن المشاركة في الحياة السياسية أو الانشغال بها نظرا لنظام الحكم الملكي. كما أن التشدد في بعض الأمور الدينية وبعض القيود المفروضة على الشباب ربما تخلق نوعا من التطرف. وهذه النتيجة تفسرها نتيجة متغير الوعي الثقافي حيث اتضح أن الطلاب المصريين على درجة أكبر في الوعي الديني. كما وجد أن الطلاب السعوديين أكثر في الوعي العام.

السؤال الثاني. ينص على : ما دلالة الفروق بين طلاب الجامعة في متغيرات اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري وفقا للجنس والفرقة الدراسية؟

أولاً: الفروق وفقا للجنس

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين وجاءت النتائج كما بالجدول التالي



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

جدول (٨)

قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين طلاب الجامعة وفقا للجنس

المتغير	البعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة
التطرف	التطرف السياسي	ذكور	١٦٥	٢٠,٠١	٣,٧٩	٦,١٦	٠,٠١
		إناث	٢١٢	١٧,٧٩	٣,٢٠		
	التطرف الديني	ذكور	١٦٥	٢١,٧٩	٢,٧٧	٨,٦٥	٠,٠١
		إناث	٢١٢	١٩,١٩	٣,٠٠		
	التطرف الاجتماعي	ذكور	١٦٥	٢١,٧٨	٣,١٦	١,٠٧	غير دالة
		إناث	٢١٢	٢١,٣٧	٤,١٠		
	الدرجة الكلية	ذكور	١٦٥	٦٣,٥٨	٧,٨٤	٦,٤٥	٠,٠١
		إناث	٢١٢	٥٨,٣٤	٧,٨١		
اللياقة النفسية	الحساسية الاجتماعية	ذكور	١٦٥	٣٨,٠٨	٤,٤٣	١,٢١	غير دالة
		إناث	٢١٢	٣٨,٦١	٣,٩٩		
	الرضا عن الحياة	ذكور	١٦٥	٣٣,٢٥	٤,٧٩	٠,٨٥	غير دالة
		إناث	٢١٢	٣٣,٧١	٥,٦٩		
	التوجه للمستقبل	ذكور	١٦٥	٢٨,٦٠	٢,٢١	٠,٧٩	غير دالة
		إناث	٢١٢	٢٨,٨٠	٢,٦٣		
	تقبل الذات	ذكور	١٦٥	٣١,٨٤	٢,٨٧	١,٢٠	غير دالة
		إناث	٢١٢	٣١,٥٠	٢,٥٢		
	الدرجة الكلية	ذكور	١٦٥	١٣١,٧٧	٨,٢٨	٠,٩٠	غير دالة
		إناث	٢١٢	١٣٢,٦٤	١٠,٠٢		
	الوعي	ذكور	١٦٥	٢٠,٢٩	٤,٦٩	١,٤٨	غير دالة
		إناث	٢١٢	٢٠,٢٩	٤,٦٩		



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٣-٢٤)

الثقافي	السياسي	إناث	٢١٢	١٩,٥٨	٤,٦٩	دالة
	الووعي الديني	ذكور	١٦٥	٣٠,٤٤	٢,٧٠	٠,٠١
		إناث	٢١٢	٣١,٩٥	٢,٩٢	
	الوعي العام	ذكور	١٦٥	٣١,٦١	٣,٨٦	٠,٠١
		إناث	٢١٢	٣٠,٠٨	٤,٠٤	
	الدرجة الكلية	ذكور	١٦٥	٨٢,٣٥	٨,٤٦	٠,٨٠
		إناث	٢١٢	٨١,٦١	٩,١٦	
						غير دالة

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعدي التطرف السياسي والديني والدرجة الكلية للتطرف في اتجاه الذكور ولا توجد فروق بينهما في بعد التطرف الاجتماعي. كذلك لم تظهر فروق بين الذكور والإناث في متغير اللياقة النفسية. بينما وجدت فروق في الوعي الديني لصالح الإناث وفي الوعي العام لصالح الذكور ولم تظهر فروق في بعد الوعي السياسي أو الدرجة الكلية للوعي الثقافي. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الطبيعة المختلفة لكل من الذكور والإناث واختلاف الاهتمامات لدى كل منهما فالذكور أكثر انشغالا بالأمر السياسي والدينية وتتاح لهم بعض المشاركات التي لا تتاح للإناث لذا كانوا أكثر تطرفا فيها. وهذه النتيجة تنعكس على نتيجة الوعي الديني التي اتضح منها أن الإناث أكثر وعيا دينيا فالتطرف نقيض الوعي على الرغم من أن الذكور أكثر في الوعي العام كونهم أكثر انفتاحا وأكثر مرونة مقارنة بالإناث. أما خصائص الشخصية فقد كانت الفروق فيها غير دالة كونها تتأثر بعملية التنشئة الاجتماعية بدرجة أكبر.

ثانيا: الفروق وفقا للفرقة الدراسية

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (كروسكال واليس) لفروق بين أكثر من مجموعتين مستقلتين يكون عدد أفرادها أقل من ٣٠ فرد وجاءت النتائج كما بالجدول التالي



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

جدول (٩)

قيمة (اختبار كروسكال واليس) ودلالاتها للفروق بين طلاب الجامعة وفقا للفرقة الدراسية

المتغير	الفرقة	العدد	متوسط الرتب	قيمة (كا)	الدلالة
التطرف	الأولى	٦٩	٢١٦,٩٩	٨,٤٤	٠,٠٥
	الثانية	٢٥٩	١٧٩,٦٦		
	الثالثة	٢٨	٢١٥,٧٥		
	الرابعة	٢١	١٧٦,٥٧		
اللياقة النفسية	الأولى	٦٩	١٥٧,٥٩	٧,٢٤	غير دالة
	الثانية	٢٥٩	١٩٥,٨٤		
	الثالثة	٢٨	٢٠٣,٢٥		
	الرابعة	٢١	١٨٨,٨١		
الوعي الثقافي	الأولى	٦٩	٢٢٩,٦٤	٢٦,٠٥	٠,٠١
	الثانية	٢٥٩	١٩٠,٠٩		
	الثالثة	٢٨	١٢٤,٨٨		
	الرابعة	٢١	١٢٧,٥٧		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق وفقا للفرقة في متغير التطرف والوعي الثقافي في اتجاه الفرقة الأولى ولم تظهر فروق في متغير اللياقة النفسية. وهذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء طبيعة المراهقة التي تبلغ أشدها حين دخول الطلاب الجامعة فيظهر التطرف والتشدد والانطواء وغيرها من مشكلات المراهقة التي تنعكس على سلوك الطلاب وفي نفس الوقت فطلاب الفرقة الأولى تتاح لهم فرص المعرفة من خلال الوسائل التكنولوجية بدرجة أكبر مما يفعل طلاب الفرق الأعلى المنشغلين بدرجة أكبر في الدراسة ومتطلبات الجامعة. أما سمات الشخصية كونها ثابتة ثبات نسبي فهي لم تختلف من فرقة لأخرى.

السؤال الثالث. ينص على : ما مستوى اللياقة النفسية والوعي الثقافي لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر؟



للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (ت) للمجموعة الواحدة للتعرف على الفروق بين المتوسطين الفعلي والفرضي وجاءت النتائج كما بالجدول التالي

جدول (١٠)

قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين المتوسطين الفعلي والفرضي في اللياقة النفسية والوعي الثقافي

المتغير	الجنسية	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
اللياقة النفسية	مصري	١٢٢	١٣٢,٧٣	٩,٩٤	١٧,٠١	٠,٠١
	سعودي	١٢٢	١٣١,٣٦	٧,٨٧	١٣,٤٩	٠,٠١
الوعي الثقافي	مصري	٧٨	٨١,٤٧	٩,٢٣	٥,٩١	٠,٠١
	سعودي	٧٨	٨٢,٨٤	٨,٠٣	٦,٨٤	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين المتوسطين الفرضي والفعلي في متغيري اللياقة النفسية والوعي الثقافي في اتجاه المتوسط الفعلي مما يعني أن مستوى طلاب الجامعة من السعوديين والمصريين في اللياقة النفسية والوعي الثقافي أعلى من المتوسط وهي منبئ بدرجة من الصحة النفسية لدى الشباب ودرجة من الوعي الثقافي ساهم في تكوينها متغيرات العصر من أدوات المعرفة التي أصبحت متاحة للجميع ومن وسائل تواصل تسمح بتبادل المعلومات وبالتالي توفير قدر من التنقيف كما أن حب الاستطلاع كصفة مميزة لطلاب الجامعة أسهم في ارتفاع مستوى الوعي لديهم.

السؤال الرابع. ينص على : ما نوع اتجاه طلاب الجامعة نحو التطرف الفكري (إيجابي، سلبي) بالسعودية ومصر؟

جدول (١١)

قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين المتوسطين الفعلي والفرضي في الاتجاه نحو التطرف الفكري

المتغير	الجنسية	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التطرف	مصري	٧٠	٥٩,٣٢	٨,٠٥	٢٠,٩	٠,٠١
	سعودي	٧٠	٦٣,١٨	٨,٠٤	٩,٦٤	٠,٠١

بتضح من الجدول السابق وجود فروق بين المتوسطين الفرضي والفعلي في اتجاه المتوسط الفرضي مما يشير لتوجه سالب نحو التطرف لدى المجموعتين. وهي نتيجة إيجابية ويمكن تفسيرها في ضوء التوازن في عملية التربية التي تخلق شخصية



متزنة تقدر الاختلاف وتحترمه وتقدر الثقافة المجتمعية ولا تتمرد عليها وقد أسهم في تكوين هذه الشخصية دعوة الحكومات العربية للاعتدال والخطاب الديني الذي يدعو للوسطية واحترام الآخر ولقد كرست حكومات البلدين كثير من الجهد في وسائل الإعلام وغيرها لحث الشباب على الاعتدال ونبذ التطرف.

السؤال الخامس. ينص على: ما دلالة العلاقة بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف الفكري لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٢)

قيم معاملات الارتباط بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي والاتجاه نحو التطرف

المتغيرات	التطرف الفكري	اللياقة النفسية	الوعي الثقافي
التطرف الفكري	-	٠,٣٤- **	٠,٠٦-
اللياقة النفسية	-	-	٠,٤١ **
الوعي الثقافي	-	-	-

بتضح من الجدول السابق وجود علاقة دالة سالبة بين التطرف الفكري واللياقة النفسية. ووجود علاقة دالة موجبة بين الوعي الثقافي واللياقة النفسية. بينما وجدت علاقة سالبة غير دالة بين التطرف الفكري والوعي الثقافي. هذه النتيجة تشير إلى أن التطرف الفكري قد يعود في جانب منه إلى بعض سمات الشخصية وأن الشخص المتطرف هو شخص مضطرب نفسياً ولا يعيش حالة الصحة النفسية. كما أن العلاقة الدائرية بين اللياقة النفسية والوعي الثقافي فكلاهما يدعم الآخر فالشخص المتزن المتمتع بصحة نفسية منفتح على الثقافات واعي مثقف. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Bhui. Otis. Silva. (2020) Halvorsrud. Freestone. and Jones. التي توصلت إلى أن التطرف يؤدي إلى الاكتئاب وارتفاع معدل القلق والاغتراب عن المجتمع وإلى الشعور بعدم الولاء والانتماء له. ودراسة Trip. Marian. Halmajan. Drugas. Bora. and Roseanu. (2019) إلى أن الأفكار المتطرفة لدى المراهقين ترتبط بسمات الشخصية كالعصابية التي لها تأثير مباشر في التطرف والانطواء وضعف التفكير وقلة الخيال وانخفاض القبول.



السؤال السادس. ينص على: ما دلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالاتجاه نحو التطرف الفكري من درجات الطلاب على مقياس اللياقة النفسية والوعي الثقافي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد وأسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالاتجاه نحو التطرف الفكري من درجات الطلاب على مقياسي اللياقة النفسية والوعي الثقافي حيث بلغت قيمة (ر) = ٠,١٤. وجاءت قيمة ف لدلالة معامل الانحدار كما يلي:

جدول (١٣)

قيمة ف ودلالاتها لدلالة معامل الانحدار المتعدد

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الانحدار	٥٠٤,٥٤	٢	٢٥٤,٣	٣,٨٠	٠,٠٥
البواقي	٢٥٠٢٤,١٢	٣٧٤	٦٦,٩١		
الكل	٢٥٥٣٢,٦٦	٣٧٦			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) جاءت دالة مما يشير لدقة التنبؤ بالاتجاه نحو التطرف من خلال الدرجة على مقياسي اللياقة النفسية والوعي الثقافي. وجاءت معادلة الانحدار كما يلي

الاتجاه نحو التطرف = ٦٧,٤٥ - ٠,١٢ اللياقة النفسية + ٠,١١ الوعي الثقافي.

وهذه النتيجة تشير إلى أن الاتجاه نحو التطرف دالة لكل من اللياقة النفسية والوعي الثقافي فكلما كانت الشخصية متزنة وعلى درجة من الوعي قل الاتجاه نحو التطرف وهو ما أشارت إليه نتيجة السؤال السابق. وهو ما أشارت إليه القطاوي (٢٠١٨. ٤٦-٤٧) من أن المتطرف يتميز بصفات نفسية منها التعصب بالرأي تعصبا لا يعترف للآخرين بوجود. والتصلب وقلة المرونة. وضعف الأنا الذي يبدو في ارتفاع مستوى التوتر. والمغايرة حيث تحاول الشخصية المتطرفة أن تغاير ما عداها سواء في الفكر أو الرأي أو المعتقد أو السلوك. السعي للسيطرة والدفاع عما جمد في فكره. والجمود الفكري حيث تغلق على نفسها باب الحوار مع غيرها.

التوصيات : في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإنه يمكن التوصية بما يلي:



- ضرورة وجود توجه دولي نحو توعية الشباب ثقافيا وتوظيف أوقات فراغهم في عمل منتج.
- الانتباه لسمات شخصية الشباب واتخاذ الإجراءات المناسبة مع الذين يظهرون توجهات متطرفة من البداية.
- تكوين لجنة على مستوى الدولة تقوم بدراسات حول شخصية المتطرف والعوامل المسهمة فيه وترفع توصياتها مباشرة لمتخذي القرار.

المراجع

- أبو دوابه. محمد محمود. (٢٠١٢). الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالحاجات النفسية لدى طلاب جامعة الأزهر بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. جامعة الأزهر بغزة: فلسطين.
- الجبر. حامد وعقيل. ابتسام وحسن. منى (٢٠١٧). واقع دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي الثقافي لدى طالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت. مجلة كلية التربية. جامعة الأزهر. ١٧٦. ٧٧-١١٥.
- رسلان. نجلاء (٢٠١٨). فاعلية برنامج عقلاني انفعالي سلوكي لتحسين المعرفة الاجتماعية في تعديل الاتجاه نحو التطرف الفكري لدى الطالبات الملمات. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. ٩٥. ١٩٥-٢٤٠.
- الرشيدي. محمد (٢٠١٧). دور الإعلام الجديد في التحريض على التطرف الفكري لدى الشباب (دراسة ميدانية على طلاب وطالبات جامعة حائل). رسالة ماجستير. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- الرميح. يوسف بن أحمد. (٢٠٠٨). التطرف بين طلاب الجامعة. العوامل وسبل المواجهة. مجلة كلية الآداب بقنا. ٦ (٢٥). ٨٧-١٢١.
- الرواشدة. علاء (٢٠١٥). التطرف الأيديولوجي من وجهة نظر الشباب الأردني. دراسة سوسيولوجية للمظاهر والعوامل. المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب. ٣١ (٦٣). ٨١-١٢٢.
- سيد. عز وقناوي. شاكر وسلطان. صفاء (٢٠١٦). بناء وتقنين مقياس الوعي الثقافي لتلاميذ الحلقة الابتدائية من التعلم الأساسي. كلية التربية. جامعة حلوان: دراسات تربوية واجتماعية. ٢٢ (١). ٩٢٩-٩٥٦.



عبد الرحيم. موسى ومهدي. ناصر (٢٠١٠). دور وسائل الإعلام في تشكيل الوعي الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني. دراسة ميدانية على عينة من طلاب كلية الآداب. مجلة جامعة الأزهر. ١٢ (٢). ١٣٥ - ١٨٠.

القرالة. عبد الناصر (٢٠١٩). مستوى اللياقة النفسية لدى العاملين في الحقل الطبي من الكثر وجين الجدد وعلاقته بتقدير الذات الإيثاري لهم. كلية العلوم الإنسانية. جامعة محمد بسكره. مجلة علوم الإنسان والمجتمع. ٨ (٢). ٢١١ - ٢٤٧.

القطاوي. سحر (٢٠١٨). الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية. ١ (٢). ٣٦ - ٨٨.

محمد. محمد (٢٠١٥). التربية الوقائية للمؤسسات التربوية في مواجهة التطرف الفكري. دراسات في التعليم الجامعي. مصر. ٣١. ٢٤١ - ٢٩٨.

المرسي. منى (٢٠٠٥). بناء مقياس اللياقة النفسية لدى لاعبي المستويات الرياضية العالية. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. ٤٤. ٣٠٥ - ٣٣٥.

Al- Damikhi.F. (2003). The indicators of psychological fitness for academically achieving students: a comparative exploratory study between academically and non- academically achieving high school students. Unpublished master thesis . Arab Gulf university . Bahrain.

Basalan. F.& Temel. A.(2017).Cultural awareness scale: Psychometric properties of the Turkish version. Collegian. 24 . 499–504.

Bates. M. J.. Bowles. S.. Hammermeister. J.. Stokes. C.. Pinder. E.. Moore. M.. Fritts. M.. Vythilingam. M.. Yosick. T.. Rhodes. J.. Myatt. C.. Westphal. R.. Fautua. D.. Hammer. P.. & Burbelo. G. (2010). Psychological fitness. Military Medicine. 175(1). 21–38.

Bhui. K. . Otis. M. . Silva. M. . Halvorsrud . K. Freestone. M. and Jones. E. (2020). Extremism and common mental illness: cross-sectional community survey of White British and Pakistani men and women living in England. The British Journal of Psychiatry . 217 (4) . 547 – 554.

Birkholz. M.(2009). The cultural awareness of rural Minnesota middle school students. New york: john wiley.



Campinha-Bacota. J.(2007).The Process of Cultural Competence in the Delivery of Healthcare Services: a model of care. J. Transcult Nurs. 13(3).181-184.

Carter. M. M.. Lewis. E. L.. Sbrocco. T.. Tanenbaum. R.. Oswald. J. C.. Sykora. W. (2006). Cultural competency training for third-year clerkship students: effects of an interactive workshop on student attitudes. Journal of the National Medical Association. 98(11). 1772–1778.

Castro.D. . Dahlin-Ivanoff.S. & Martensson. L.(2015).Development of a Cultural Awareness Scale for Occupational Therapy Students in Latin America: A Qualitative Delphi Study. Occup. Ther. Int. 23 . 196–205 .

Elena. C.. Marion-Ivonne C. . Alexandra V. (2015). Developing Cultural Awareness. Social and Behavioral Sciences. 191 . 696 – 699.

Elias. M.. J. & Weissberg. R. P. (2000). Primary Prevention Educational approaches to enhance social and emotional learning. Journal of School Health. 70(5). 186 – 191.

Hadziabdic. E. Safipour. J. Bachrach-Lindström. M. &Hultsjö. S. (2016).Swedish version of measuring cultural awareness in nursing students: validity and reliability test. BMC Nursing. 15-25.

Hopkins. N.. & Kahani-Hopkins. V. (2009). Reconceptualizing extremism and moderation: From categories of analysis to categories of practice in the construction of collective identity. British Journal of Social Psychology. 48(1). 99-113.

Trip.S. Marian. M. Halmajan. A. Drugas. M. Bora. C. and Roseanu. G. (2019).Irrational Beliefs and Personality Traits as Psychological Mechanisms Underlying the Adolescents' Extremist Mind-Set. Psychology.10. 1184.



اللياقة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة جامعة أم القرى

حنان محمد أمين محبوب

أستاذ الصحة النفسية المشارك بجامعة أم القرى

hmmahboob@uqu.edu.sa

الكلمات المفتاحية: اللياقة النفسية . التدفق النفسي . جامعة أم القرى.

الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اللياقة النفسية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة أم القرى. ومعرفة ما إذا كان هناك فروق بين متغيرات الدراسة تعزى لاختلاف الجنس والمرحلة الدراسية. كما كشفت عن مدى شيوع أبعاد اللياقة النفسية لدى عينة الدراسة. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي. وتكون مجتمع العينة من طلبة جامعة أم القرى بكافة مراحل (البكالوريوس. الماجستير. الدكتوراة). البالغ عددهم (٦٠٠) طالب وطالبة واستخدمت الباحثة مقياس اللياقة النفسية من اعداد (عبدالنصر موسى إسماعيل . ٢٠١٩) ومقياس التدفق النفسي من اعداد (عبد الهادي السيد عبده. وفاروق السيد عثمان. ٢٠١٨). كما تم تحديد وصياغة بعض التوصيات والبحوث المقترحة.

Abstract:

The study aimed to reveal the relationship between psychological fitness and psychological flow among students of Umm Al-Qura University. and to find out whether there are differences between the study variables attributable to the difference of sex and school stage. The study also revealed the extent of the psychological fitness dimensions most common among the study sample. The study was based on the correlational descriptive approach. and the sample population consisted of students of Umm Al-Qura University in all its stages (bachelors. masters. and doctoral degrees). which numbered (600) students and the researcher used the psychological fitness scale prepared by (Abdel Nasser Musa



Ismail. 2019) and the psychological flow scale from Prepared by Prepared by (Abdul Hadi Al-Sayed Abdo and Farouk Al-Sayed Othman. 2018) as well as identifying research some recommendation and suggested research

key words: Psychological Fitness. Psychological Flow. Umm Al-Qura University.

مقدمة

إن العالم اليوم يشهد العديد من التغيرات التي تكاد تعصف بثوابت الشعوب وموروثها الحضاري والاجتماعي والقيمي. حيث إنها أصبحت تتأثر بدرجات كبيرة بقوى التغيير التي ألقت زمامها في عصر العولمة والمعلومات. وفي وسط هذا الخضم يأتي دور العقل المؤهل اذا ما أعد جيداً- للتصدي للمشكلات القائمة والمتوقعة من أجل وضع العديد من الحلول الناجعة لها. وتقليص أضرارها إلى أدنى حد ممكن.

وتعد اللياقة النفسية هي أحد المؤشرات المهمة من الصحة النفسية والتي تميز الفرد بصفات وفضائل معينة تميزه عن غيره. والتي تجعل صاحبها متفاهم مع نفسه ومع البيئة المحيطة به. مما يحقق الاستقرار النفسي. والرضا. والتصالح مع النفس ومع المجتمع (الحازمي. ٢٠١٩. ٢)

كما تعد اللياقة النفسية أحد المكونات والمتغيرات النفسية الأكثر أهمية في حياة الفرد. حيث تمثل حالة دائمة نسبياً. يشعر فيها الفرد بالسعادة الدائمة مع نفسه ومع الآخرين. ويكون متوافقاً مع نفسه. قادراً على تحقيق ذاته. والاستفادة من إمكانياته وقدراته إلى أقصى حد ممكن. كما يصبح قادراً على مواجهة متطلبات وضغوطات الحياة. وتشكل دوراً رئيساً في تشكيل شخصية الفرد. وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدراته. واستعداداته. (القطان وموسى. ٢٠٠٨. ٥١)

ويرى (Pra pavessis. 1996. 104) أن اللياقة النفسية Psychological fitness هي مجموعة من القدرات العقلية التي تساعد الفرد على معرفة وفهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين والتي تتضمن الفهم الذهني للانفعال وتأثير الانفعال في الجانب الذهني لإظهار الخطط والأفكار الإبداعية.



ويشير عبد المنعم الدردير (٢٣. ٢٠٠٤) أن اللياقة النفسية هي معرفة مشاعرك وكيفية توظيفها من أجل تحسين الأداء وتحقيق الأهداف التنظيمية مصحوبة بالتعاطف والفهم لمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى تكوين علاقات ناجحة.

ويذكر المعهد الأمريكي للدراسات المستقبلية الدولية في القرن الحادي والعشرين إلى أن اللياقة النفسية هي تحسين التكامل العقلي والانفعالي وكذلك التعاملات السلوكية ومرونة الأداء حيث إن مكوناتها تشمل اللياقة العقلية أي قدرة الفرد على التفكير والتعامل مع المواقف المختلفة بالمرونة والانتباه والكفاءة الذاتية والثقة بالنفس. كما تشمل اللياقة الانفعالية وهي شعور الفرد تجاه نفسه والآخرين في البيئة المحيطة به. كما تشمل اللياقة السلوكية وهي طريقة تصرف الفرد تجاه أفكاره والتعاشيش والمشاعر الإيجابية. (عبد الوهاب. ٢٠١٦. ٢١٢)

ولذا ينبغي الاهتمام بدراسة اللياقة النفسية لتأثيرها الواضح على كافة جوانب شخصية الانسان. حيث إن الإنسان مكرم على كافة المخلوقات ليسمو هو بنفسه وبمعانيه على سائر المخلوقات. ومن المثير للتعجب أن أغلب الباحثين يسخرون أبحاثهم في تناول الجوانب السلبية ويهملون الجوانب الإيجابية. فيدرسون مثلاً القلق والاكتئاب والعدوان والغضب. أكثر من الفرح. والبهجة. والسعادة. وقد يكون لديهم هدف نبيل وهو تخليص البشر من تلك السلوكيات السلبية. ولكن الأكثر أهمية من ذلك هو دراسة الجوانب الإيجابية والسلوك الإيجابي لدى الإنسان. من أجل تحقيق التوازن في النفس البشرية. من خلال استثمار أقصى طاقاتهم وإمكاناتهم الذهنية دون قلق أو عدوان أو خوف والعيش بإيجابية والبعد عن السلبية.

كما أنه من أهم هذه المصادر الإيجابية في العصر الراهن (التدفق النفسي) (Psychological Flow) والذي يعني استغراق الانسان بكامل منظومات شخصيته في مهمة تذوب فيها شخصيته. دون أن يفقد الوجهة والمسار. مع إسقاط الوقت من الحسابات. أي أن من يشعر بالتدفق النفسي يظل منهمكاً في أداء مهمته حتى ينجزها مهما طالت المدة الزمنية. وبمعنى أن الفرد ينسى ما يحيط به ويذوب في أداء المهمة حتى ينجزها. (أبو حلاوة. ٢٠١٣. ٦٠)

والتدفق النفسي يعد أحد المفاهيم الحديثة التي ظهرت في علم النفس الإيجابي. والتي تهدف إلى تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد. حيث تمثل جانباً إيجابياً



باعتباره خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه أثناء إعمال التفكير والتدبر من أجل التوصل إلى حل لبعض المشكلات. فيذوب الفرد في تنفيذ المهام والأعمال المرتبطة بهذه المشكلات. مقترنا بحالة من النشوة والابتهاج. وتصبح حياته هادفة وجديرة بأن تعاش. (غريب. ٢٠١٥. ٢٩٥)

ولقد ظهر مفهوم التدفق النفسي على يد العالم (ميهالي) (Mihalyi) في نهاية الثمانينات من القرن العشرين. حينما لاحظ أن الناس أثناء ممارستهم لأنشطتهم وأعمالهم التي يمثل النشاط فيها هدفاً في حد ذاته كالفنانين والرسامين ولاعبي الكرة ومتسلكي الجبال. حيث إن القائم بتلك الأنشطة يشعر بالمتعة والسرور. حيث إنه يقضي وقتاً طويلاً في أداء هذه الأنشطة دون أن يشعر بمرور الوقت. عندئذ يوصف بأنه يمر بحالة تدفق نفسي. (البهاص. ٢٠١٠. ١٢٢)

كما أن التدفق النفسي يعد قوة مهمة في نجاح الفرد في الأعمال والفعاليات التي يقوم بممارستها حيث يزوده بالطاقة والقدرة على الوعي الذاتي. كما أنه يمثل حالة داخلية تجعل الفرد يشعر بالاندماج التام مع الأعمال التي يقوم بها والاندفاع لها بحيوية. وبما يمكنه من تطوير أدائه وتحرره من الضغوط النفسية. (csikszentmihalyi. 2012. 135)

كما أن الفرد يصل إلى حالة التدفق النفسي عندما يؤدي الأنشطة المثالية. والتي تتحرك خارج إطار القيود والتحديات. مع سيطرة الفرد على مهاراته التي تحرره من الكسل والبلادة النفسية والسلوكية. حيث يتكون التدفق من كافة المواهب والقدرات التي يستعملها الفرد لمواجهة التحديات التي تواجه حياته. ويرى أيضاً أن التدفق النفسي يتكون من تسع نقاط أساسية تتمثل في: وضوح الأهداف. والاندماج. والتركيز. وفقدان الإحساس. والوعي بالذات. وغياب الإحساس بالوقت. والتغذية الراجعة. والتوازن بين القدرة والتحدي. والإحساس بالقدرة على ضبط النشاط. والإثابة الداخلية وحصر الوعي في النشاط. (العبيدي. ٢٠١٦. ٢٠١)

وترى الباحثة أن طلاب الجامعة يتميزون باللياقة النفسية. ولديهم توازن في انفعالاتهم ويعرفون كيف يعبرون عنها بشكل مناسب. ويمتلكون القدرة على إظهار الاحترام نحو الآخرين ومن خلال قدرة الطلاب على التحكم وتغيير انفعالاتهم تظهر قدرتهم في اتخاذ القرارات الصحيحة. التي تتميز بالرضا والتفاعل الجيد مع الآخرين.



حيث إن اتخاذ القرار الجيد يظهر قدرة الفرد على اختيار أنسب البدائل التي تساعد في شتى مناحي حياته. كما أن السمات الشخصية لدى طلاب الجامعة يغلب عليهم المزاج الإيجابي والصحة النفسية. والتفكير الإيجابي وهو ما يتعلق بخبرة التدفق.

ويعد المناخ الاجتماعي الداعم يحفز الطلاب على التدفق النفسي. وهو ما يتوافر في الجامعات. حيث إن خبرة التدفق تحدث بطريقة عفوية عندما تكون الظروف المحيطة مهيئة ومسهلة لذلك. كما أن وجود قدر من الاستمتاع لدى الطلاب بدراساتهم وقيامهم بواجبهم الأكاديمي. يعد دافعاً داخلياً يؤدي إلى حدوث خبرة التدفق. وكذلك وجود تغذية راجعة فورية كل ذلك يؤدي إلى حدوث خبرة التدفق. وفي ذات الوقت تعد البيئة والضوابط الاجتماعية والموروث الديني والثقافي. والقيم والعادات حاکمة لسلوك الطلاب بدرجة كبيرة. والضوابط والقوانين التي تحكم طبيعة عملهم. كل ذلك يؤثر على طبيعة اللياقة النفسية والرقابة الذاتية لديهم. مما يجعل درجة اللياقة النفسية لديهم تكاد تكون متقاربة.

كما أن الطلاب من كلا الجنسين يكتسبون القدرة على قيادة المواقف والسيطرة على الذات. وهم كذلك يتعرضون لنفس الظروف. ويتطلب منهم القيام بمهارات علمية وعملية خاصة. والتعامل بدرجة من الاتزان والموثوقية. ويتحملون مواجهة الظروف والعقبات. ومن ثم فإن اللياقة النفسية لديهم ليس له علاقة بنوع الطلاب. فهم جميعاً يظهر نفس الدرجة من اللياقة النفسية.

فالطلاب من أول يوم في الجامعة يحرصون على تطبيق ما تعلموه في سنوات البحث. ويبدلون جهدهم في أداء عملهم. وخاصة في الأقسام ذات الطبيعة الخاصة التي تستوجب من الدارسين فيها أن يكونوا على درجة عالية من الثبات والاتزان الانفعالي. حتى لا يشعرون بالقلق والتوتر. ولذلك فالجميع يشتركون في درجة اللياقة المطلوبة.

والذكور عموماً يبذلون أقصى ما يستطيعون. وغالباً يتفرغون إلى البحث ويقضون فيه أطول فترة. إلا أن الإناث بطبيعتهم ينشغلون بكثير من الأمور منها العمل في المنزل وإعداد الطعام وغير ذلك ولذلك فإن الذكور عادة يكونون أكثر في التدفق النفسي من الإناث. كما أن الذكور لديهم إحساس أكبر بالمسؤولية. ولديهم قدر عالي من الانغماس في المهمة. أكثر من الإناث. ويستمتعون بقضاء أطول وقت ممكن في العمل. بل وينهمكون في أداء العمل. أكثر من الإناث.



كما ترى الباحثة أن التدفق النفسي يحدث لدى ذوي الخبرة الأقل كونهم يحرصون على إثبات الذات. مما يزيد من دافعيّتهم. بالإضافة إلى رغبتهم في التميز. وبذل المزيد من الجهد في سبيل إنجاز المهام ومن ثم يكونون أكثر في التدفق من ذوي الخبرة الأكثر. فالتدفق النفسي يهتم بالمهمة التي ينهك فيها الفرد وينسى فيها نفسه. واللياقة النفسية تستند إلى تفاعل الفرد مع البيئة والاهتمام بالآخر. ومن ثم فالعلاقة النظرية بينهم موجبة. كما أن كلاً من التدفق النفسي واللياقة النفسية يعد عاملاً موجباً لدى الفرد. وكذلك عامل إيجابي للفرد والآخرين من حوله. ومن ثم تظهر العلاقة بينهما موجبة.

ومن خلال ما سبق نتضح أهمية التدفق النفسي في الحياة حيث يندمج الفرد في الأعمال التي يكلف بأدائها. ولا يتركها حتى ينتهي منها. ومن ثم فإن التدفق النفسي من أهم المتغيرات الإيجابية في الشخصية الإنسانية التي ينبغي الاهتمام بها. وإعداد الدراسات من أجل ترميمها. ولهذا تأتي الورقة البحثية استجابة للمتطلبات النفسية العالمية التي تنادي بضرورة التحول من الاهتمام بالجوانب السلبية في حياة الأفراد كالقلق والتوتر والاكنتاب إلى دراسة الجوانب الإيجابية كاللياقة النفسية والتدفق النفسي.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

نبعت مشكلة البحث من خلال ما لاحظته الباحثة على طلاب الجامعة وما يجب أن يتسموا به من بعض الخصائص النفسية التي تساعد وتثجعهم على أداء عملهم بكفاءة واقتدار. وأن الحياة الجامعية تتطلب من طلاب الجامعة العديد من المتغيرات الإيجابية المهمة التي تؤثر على حياتهم وتفاعله مع أنفسهم ومع المحيطين بهم. ومن أهم تلك المتغيرات اللياقة النفسية والتدفق النفسي. مع ندرة البحوث في هذا المجال.

حيث إن الاهتمام بدراسة القدرات الانفعالية والعقلية وخاصة لدى طلاب الجامعة من أكثر المطالب ضرورة في العصر الحالي. نظراً لكثرة الضغوط والمشكلات الموجودة في جميع ميادين الحياة. الأمر الذي يتطلب من جميع المؤسسات المنوطة بإعداد الطلاب إعداد طالب يستطيع أن يتعامل بنجاح مع جميع متطلبات ومتغيرات هذا العصر.

ولذا يعد الاهتمام بدراسة اللياقة النفسية لدى طلاب الجامعة خاصة. حيث إن اللياقة النفسية سمة أساسية يجب أن يتميز بها طلاب الجامعة في كافة الأنشطة الأكاديمية. حيث إن الطلاب الذين يمتلكون هذه السمة لديهم القدرة على فهم انفعالاتهم



والتحكم فيها وفهم انفعالات الآخرين ولديهم قدرة عالية على التفكير بواقعية وابتكار وتعاون وإدراك واستحسان وإنجاز بل واختيار الأسلوب الأمثل للتفكير تبعاً للموقف. وتعد اللياقة النفسية مؤشراً للتكامل العقلي والانفعالي حيث إن من مكوناتها اللياقة العقلية قدرة الطالب على التفكير والتعامل مع المواقف المختلفة بمرونة وانتباه وكفاءة ذاتية وثقة بالنفس ولياقة انفعالية.

كما يعد الاهتمام بدراسة التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة في الفترة الراهنة من أكثر المتغيرات أهمية بالبحث والبحث. نظراً لارتباطه بعدد من المتغيرات الإيجابية كالانسيابية والضمير. والكفاءة الذاتية المدركة. والبيئة الاجتماعية الداعمة. كما يعد التدفق النفسي أعلى حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجات تعزيز الانفعالات الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية. (ابن الشيخ. ٢٠١٥. ٦)

ومن ثم يبرز دور التدفق النفسي في جميع الظروف المختلفة. حيث يساعد على تنمية قدرات الأفراد لمواجهة تحديات العصر؛ لأنها إحدى المطالب الهامة التي تعكس الشخصية السوية. كما يعتبر التدفق النفسي من الركائز المهمة في حياة الأفراد بشكل عام. وفي حياة طلاب الجامعة بشكل خاص. نظراً لما قد يتعرضون له من ضغوط واحتمالية التعرض للقلق والتوتر مما يستلزم معه أن يتمتع هؤلاء الطلاب بقدر كاف من الانفعالات الإيجابية وذلك في مواجهة الانفعالات والمثيرات الداخلية والخارجية. ومن هنا جاءت فكرة الورقة البحثية بضرورة دراسة هذين المتغيرين. ومن ثم تتحدد مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

- ما العلاقة بين اللياقة النفسية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة أم القرى؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى اللياقة النفسية لدى أفراد العينة تعزى لمتغيري الجنس. المرحلة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيري الجنس. المرحلة؟
- ماهي أبعاد اللياقة النفسية الأكثر شيوعاً لدى عينة الدراسة؟

أهداف الدراسة

يهدف البحث الحالي إلى:



- تحديد درجة اللياقة النفسية لدى طلاب الجامعة.
- تحديد درجة التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- توضيح العلاقة بين درجة اللياقة النفسية ودرجة التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- معرفة الفروق في درجة اللياقة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس. المرحلة .
- معرفة الفروق في درجة التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس. المرحلة .
- التعرف على أبعاد اللياقة النفسية الأكثر شيوعاً لدى عينة الدراسة .

أهمية الدراسة

- إلقاء الضوء على متغيرين من أهم المتغيرات النفسية الإيجابية في المجال السيكولوجي وهما (اللياقة النفسية والتدفق النفسي) وإعطاءهما مزيداً من البحث والبحث. حتى يتضح أكثر وأكثر. كونهما متغيرين حيويين وحديثين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- تعد هذه البحث إضافة جديدة لإثراء البحوث حول كل من اللياقة النفسية والتدفق النفسي. وإلقاء الضوء على العلاقة بينهما لدى طلاب الجامعة.
- توجيه نظر التربويين والباحثين إلى ضرورة تقديم برامج للعاملين في المجال التعليمي وخاصة في الفترة الراهنة. . لعلاج نواح القصور لديهم ورفع كفاءتهم.

التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة

- اللياقة النفسية

تعرفها الباحثة بأنها: تتمثل في قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة إدراك دقيق لانفعالات الآخرين للاندماج معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي الفكري والنفسي والمهني وتحقيق الأهداف. وهو مفهوم ناتج عن تحقق التناسق بين عدد من العمليات النفسية بعضها البعض من ناحية. وتفاعلاتها مع السياقات الاجتماعية والحضارية من ناحية أخرى.



- التدفق النفسي:

وتعرفه الباحثة بأنه: حالة خبرة مثالية لدى الطلاب تدفعهم لأداء الأنشطة المكلفين بها بدرجة عالية من الاتقان. وتجاهل حاجة النفس. والانشغال بالمهام بشكل كبير. وقصور الوعي بالمكان والزمان. والسرور والبهجة العفوية. مع الاستمتاع بالعمل.

الطريقة والإجراءات

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي. حيث يتناول هذا النوع من المناهج دراسة أحداث وظواهر قائمة. يمكن دراستها وقياسها كما هي دون أن تتدخل الباحثة. كما تستطيع الباحثة تحليل بياناتها وتصنيفها. وذلك للتعرف على مستوى متغيرات الدراسة. ومعرفة العلاقة بين اللياقة النفسية والتدفق النفسي لدى عينة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة

اختارت الباحثة عينة الدراسة جامعة أم القرى بمكة المكرمة بالمملكة العربية السعودية. بكافة المراحل الدراسية (بكالوريوس _ ماجستير _ دكتوراه) للعام الدراسي ١٤٤١-١٤٤٢هـ والبالغ عددهم (٧٦٥٨٤) طالب وطالبة (البيانات المفتوحة بجامعة أم القرى). وتم اختيار عينة عشوائية من طلبة جامعة أم القرى. وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (٦٠٠) طالب وطالبة والجدول التالي يوضح وصف عينة الدراسة .

جدول (١)

يوضح توزيع عينة الدراسة تبعاً للجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكر	170	28.33%
أنثى	430	71.66%



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

المجموع الكلي	600	100.0%
---------------	-----	--------

يتضح من الجدول السابق أن أعلى نسبة مئوية كانت لصالح الإناث حيث بلغت) ٧١,٦٦ % .

جدول (٢)

يوضح توزيع عينة الدراسة تبعاً للمرحلة الدراسية

المرحلة	العدد	النسبة المئوية
بكالوريوس	457	76.2
ماجستير	93	15.5
دكتوراة	50	8.3
المجموع الكلي	600	100%

يتضح من الجدول السابق أن أعلى نسبة مئوية كانت لصالح مرحلة البكالوريوس حيث بلغت (٧٦,٢) . في حين أن أقل نسبة مئوية كانت لصالح مرحلة الدكتوراه حيث بلغت (٨,٣) .

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام الأدوات الآتية:

١- **مقياس اللياقة النفسية** : تم استخدام ثلاثة أبعاد من مقياس اللياقة النفسية إعداد) عبدالناصر موسى إسماعيل . (٢٠١٩)

وصف المقياس

تكون المقياس في صورته النهائية من (٢٦) فقرة. موزعين على (٣) أبعاد تتمثل في: (معرفة المشاعر. الاستفادة من المشاعر في تحسين الأداء. فهم مشاعر الآخرين) وتتراوح العلامة على المقياس ما بين (٢٦ – ١٣٠) وتفسير النتائج التي يحصل عليها على النحو التالي تم استخدام المدي لتفسير الدرجة التي يتم الحصول عليها حيث أن المدي = أكبر قيمة – أصغر قيمة / عدد القيم. وأعلى خيار – أدنى خيار = ٤-١-٥ من



ثم يتم تقسيم الفرق على عدد المستويات التي يتم اختيارها وعددها (٣) كما يلي:
 $1,33 = 3/4$.

ثم يتم إضافة ١,٣٣ إلى الحد الأدنى لكل فئة :

١- فالدرجة من (١-٣٣,٢) للفقرة الواحدة تدل على مستوى منخفض من امتلاك الفرد اللياقة النفسية .

٢- والدرجة من (٢,٣٤ - ٣,٦٦) للفقرة الواحدة تدل على مستوى متوسط من امتلاك الفرد اللياقة النفسية.

٣- والدرجة من (٣,٦٧ - ٥) للفقرة الواحدة تدل على مستوى مرتفع من امتلاك الفرد اللياقة النفسية.

صدق المقياس الداخلي (صدق البناء) وللتحقق من تجانس مقياس اللياقة النفسية تم استخدام طريقة الاتساق الداخلي. وهي إحدى طرق صدق البناء (Construct Validity) حيث تم إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس. من خلال العينة الاستطلاعية وتم اختيارهم من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها. وقد تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمعظم الفقرات بين (٠,٤٥ - ٠,٧٩) وبين البعد والدرجة الكلية تراوحت بين (٠,٤٩ - ٠,٨٣) وللأبعاد الثلاث مع الدرجة الكلية معرفة المشاعر كان معامل الارتباط (٠,٦٤) والاستفادة من المشاعر في تحسين الأداء كان معامل الارتباط (٠,٥٧) وفهم مشاعر الآخرين كان معامل الارتباط (٠,٦٦). وقد كانت فقرتين غير دالتين مع الدرجة الكلية ولذلك تم حذفهما ليصبح عدد فقرات المقياس (٢٦) فقرة.

ثبات مقياس اللياقة النفسية : تم استخلاص مؤشرات ثبات المقياس باستخدام ثبات الاستقرار (الاختبار وإعادة الاختبار). حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية وتم إعادة تطبيقه على نفس العينة بفاصل بلغ أسبوعين. وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين. كذلك تم حساب ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معاملات ألفا كرونباخ وتبين أن معاملات ثبات الاختبار وإعادة الاختبار بين التطبيقين لمقياس اللياقة النفسية على القياس الكلي بلغت (٠,٩١) وللأبعاد تراوحت (٠,٧٧ - ٠,٩٣) في حين بلغت قيم الاتساق الداخلي للمقياس ككل باستخدام معامل ألفا كرونباخ (٠,٨٨) وللأبعاد تتراوح بين (٠,٧٢ - ٠,٨٥) مما يؤكد ثبات المقياس بدرجة مناسبة لأغراض الدراسة.



٢- **مقياس التدفق النفسي:** تم استخدام أربعة أبعاد من مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين إعداد (عبد الهادي السيد عبده. وفاروق السيد عثمان. ٢٠١٨)

وصف المقياس: تكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) فقرة. موزعين على (٤) أبعاد تتمثل في: (الانفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة. الاحساس بال ضبط والسيطرة على الموقف أو المهمة. الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة. التوازن بين التحدي والمهارة).

تصحيح المقياس: يصحح المقياس وفق مقياس ليكرت الخماسي وهو (دائماً. غالباً. أحياناً. نادراً. إطلاقاً). حيث إن الدرجات في العبارات الإيجابية تأخذ الترتيب التالي: (٥- ٤- ٣- ٢- ١). وتعكس هذه الدرجات في حالة العبارات السالبة. فتكون (١- ٢- ٣- ٤- ٥). ومن ثم فإن الدرجة العظمى للمقياس (٢٠٠) درجة. والدرجة الصغرى (٤٠) درجة.

صدق المقياس: قام معد الاختبار بحساب صدق المقياس بطرق متعددة تتمثل في:

- صدق الاتساق الداخلي: حيث حسب معدا المقياس معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه. وقد حصلت عبارات المقياس على معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

- الصدق الذاتي: وقد حسب معدا المقياس من خلال معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. وذلك بعد تطبيقه على عينة بلغت (٣٤٤) وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٨١ - ٠,٩٤) وقد جاءت كلها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي المرتفع للمقياس.

- التحليل العاملي التوكيدي: حيث قام الباحثان بعمل تحليل عاملي للمقياس من خلال برنامج (AMOS) وقد جاءت مؤشرات النموذج كلها جيدة. مما يدل على وجود مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي. وقد اتضح أن مقياس حالة التدفق يتمتع بدرجة عالية من الصدق. وأنه يصلح لأغراض البحث العلمي. كما يصلح استخدامه في العديد من الدراسات العلمية والبحوث.



ثبات المقياس: قام معد المقياس بحساب معامل ثباته بطريقتين:

الأولى: معامل ألفا كرونباخ: وقد بلغ معامل ثبات المقياس (٠,٨٧٧) وهو معامل ثبات مرتفع دال إحصائياً.

الثانية: التجزئة النصفية: وقد بلغ معامل الثبات (٠,٨٨٩) مما يد على أن الثبات مرتفع.

توصيات الدراسة والبحوث المقترحة:

توصي الدراسة بما يلي:

- إجراء مزيداً من الدراسات والبحوث حول موضوع التدفق النفسي في شتى المجالات.
- إجراء العديد من الدراسات التي تركز على تنمية الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية ومن أهمها اللياقة النفسية والتدفق النفسي.
- دراسة أثر برنامج إرشادي على التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- دراسة أثر برنامج إرشادي قائم على نظرية التدفق في تحسين اللياقة البدنية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

ابن الشيخ. ربيعة (٢٠١٥). علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي: دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح - ورقلة. الجزائر.

أبو حلاوة. محمد السعيد (٢٠١٣). حالة التدفق: المفهوم - الأبعاد - والقياس. الإصدار المتسلسل لكتاب الشبكة. عدد ٢٩. الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية.

البهاص. سيد أحمد (٢٠١٠). التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت: دراسة سيكومترية إكلينيكية. المؤتمر السنوي الخامس عشر. مركز الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس. ١١٧ - ١٦٩.



الحازمي. عبد الرحمن ذياب (٢٠١٩). اللياقة النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية. المجلة النفسية للعلوم النفسية والرياضية.

الدردير. عبد المنعم أحمد (٢٠٠٤). دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي. عالم الكتب للنشر. القاهرة .

الزاملي. علي حسين هاشم (٢٠١٢). اللياقة النفسية كمؤشر لقبول الطلبة المتقدمين لكلية التربية الرياضية. مجلة المثنى لعلوم التربية الرياضية. المجلد الأول. العدد الأول. كلية التربية الرياضية. جامعة القادسية.

إسماعيل. عبدالناصر موسى (٢٠١٩). مستوى اللياقة النفسية لدى العاملين في الحقل الطبي من المتزوجين الجدد وعلاقته بتقدير الذات الايثاري لهم. مجلة علوم الإنسان والمجتمع. المجلد ٨. العدد ٢. ٢١١ - ٢٤٧.

جامعة أم القرى. البيانات المفتوحة – عمادة تقنية المعلومات.
<https://uqu.sa/it/App/FILES/14301>

شابون. شيماء محمد (٢٠١٥). اللياقة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات العقلية لدى لاعبي الأنشطة الرياضية بكليتي التربية الرياضية جامعة الزقازيق. رسالة ماجستير. كلية التربية الرياضية للبنات. جامعة الزقازيق.

شمبولية. هالة محمد (٢٠١٩). اللياقة النفسية لدى معلمي الأفراد ذوي الإعاقات: دراسة عاملية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. المجلة المصرية للدراسات النفسية. مجلد ٢٩. عدد ١٠٢. ٤٥٩ - ٤٨٣.

عبد الوهاب. هدى عبد الحميد (٢٠١٦). أساليب التفكير لدى ناشئ بعض الألعاب الجماعية وعلاقتها باللياقة النفسية والتوجه نحو التفوق الرياضي. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. عدد ٧٦. ٢١٠ - ٢٣٨.

عبد. عبدالهادي السيد . عثمان . فاروق السيد (٢٠١٨). مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين. الأنجلو المصرية . القاهرة .



العبيدي. عفراء إبراهيم (٢٠١٦). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي. مجلة الأستاذ. المؤتمر العلمي الرابع. جامعة بغداد. ١٩٧-٢١٤.

غريب. ايناس محمود (٢٠١٥). التدفق النفسي وعلاقته بتحمل الغموض والمخاطر لدى طالبات جامعة القصيم. مجلة التربية جامعة الأزهر. ٣. (١٦٥). ٢٩٢-٣٥٤.
القطان. طارق محمد. وموسى. عماد عبد الحميد (٢٠٠٨). تمرينات الاسترخاء وتأثيرها على اللياقة النفسية ودرجة التوتر لدى لاعبي كرة السلة. مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية. جامعة أسيوط. عدد ٢٦. مجلد ٣. ٤٩-٧٢.

محمد. زينب ماجد. والعتابي. عبد الله مجيد (٢٠١٩). معرفة التدفق النفسي لدي طلبة الجامعة. جامعة واسط. مجلة كلية التربية. العدد السابع والثلاثون. الجزء الثالث. تشرين الثاني ٢٠١٩.

نصيف. عماد عبد الأمير (٢٠١٥). التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي. أطروحة دكتوراه. كلية الآداب. جامعة بغداد.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Csikszentmihalyi. M. (2012). flow(psychology) 19 Wikipedia Articles
www.markfaster.net\struc\mihaly_Csikszentmihalyi-wiki.pdf

Pra pavessis. H (1996). The effect of group cohesion on competitive state anxiety. journal. J. of sport & expert psychology



(توظيف الشعر الجاهلي (المعلقات)

في تنمية السلوك القيادي لدى الطالب الجامعي

أ.د. قسمة مدحت حسين

جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية/ قسم اللغة العربية

الكلمات المفتاحية: السلوك القيادي

الخلاصة

توظيف الشعر الجاهلي (المعلقات) في تنمية السلوك القيادي لدى الطالب الجامعي يعكس الشعر الجاهلي الكثير من الصفات القيادية لدى الطالب الجامعي فهو ينمي المهارات القيادية لديه مثل : الشجاعة والذكاء والثقة بالنفس . فالقارئ لأصحاب المعلقات يتأثر بهم ويؤثر في الآخرين كما في شعر امرئ القيس وعنترة وزهير بن ابي سلمى خلال ألفاظ وعبارات وظفوها في أشعارهم .

Abstract

Employment Jahly poetry (Moalaqat poetry) in the development leader conduct at university student .

Jahly poetry is reflects many of the leadership traits of university student Jahly poetry develops leadership skills such as : courage . intelligence . and self confidence .

The reader of poetry is in flounced by them and affects others . as in poetry as : More AlQais and Antara and Zuhair Ibn Abi Sulma through words and phrases . they used them in their porms

مشكلة الموضوع :

قد يقرأ البعض أشعار المعلقات قراءة عادية . عابرة أو حفظ البعض منها دون فهم معناها . مما يؤدي الى فقدان عنصرى الاثارة والتشويق وضعف الفهم . وهذا



يتطلب تقي تلك الاشعار وفهم معناها وأخذ المعاني النبيلة منها في جو صاف مع الطبيعة المتحركة التي تنمي السلوك القيادي والسمة القيادية لدى الطالب .

الهدف من الموضوع

هو التعرف على الدور الفاعل الذي يؤديه شعر المعلقات في تكوين السمة القيادية او الشخصية القيادية للطالب الجامعي . لأن الشعر الجاهلي يسهم في تصوير الطبيعة الحية تصويراً متميزاً من خلال هذه القصائد التي تحمل في طياها (الضغن . والترحل . والكرم . والشهامة) وهذه الرحلات التي تصورها المعلقات في أكثر مطالعها . والرحلة تتطلب الشجاعة والاعتماد على النفس في قيادة جماعته بحثاً عن مساقط الغيث ومنايع الماء وهم في حالة تحول دائم الى المربع المنبئة . فقارئ شعر المعلقات يكتسب في أثناء قراءته السمات الايجابية في تكوين شخصيته .

أهمية الموضوع

من المؤكد ان الطالب الجامعي يتأثر اذا قرأ شعر المعلقات بتأمل محلاً ألفاظه وكلماته حتى يتوصل الى معناه المفعم بالحوية والنشاط والذي أساسه (الطبيعة المتحركة) من (وصف الفرس والابل والمرأة والطيور . فضلاً عن الجوانب الانسانية الاخرى) من حيث هو مفردات أصيلة في الطبيعة والنفس . هذه المفردات والعبارات لها التأثير المباشر في رفد النفس للطالب الجامعي في تحمل المسؤولية مستقبلاً بعد تخرجه من الجامعة . فتتغير شخصيته . الى التأهيل بأن يقود مجموعة من الطلبة بعد أن نمت مهاراته وقدراته القيادية . فتتمو لديه سمة الاعتماد على النفس والشجاعة والحكمة وحل المشكلات واتخاذ القرارات دون تردد أو وجل بعد معرفة ذاته .

مفهوم السلوك والسمة القيادية :

بعد ميلاد الانسان تبدأ رحلته في الحياة . ويتعلم ما يتعلق بنفسه او بالآخرين . والطالب الجامعي قد يرى نفسه مؤثراً او متأثراً . فهذه الصفة قد تكون عامة للطلبة في مرحلة معينة . والطالب مع زملائه يكون فريقاً أو مجموعة . فلكلية – مثلاً – هي المؤسسة التي من خلالها تنمو لبسمة القيادية لدى الطالب الجامعي . ومن هنا تظهر مهاراته الشخصية للتعامل مع الآخرين . ومن خلال سلوكه . فالسلوك هو طريقة التعامل مع الآخرين . فالمهارة الشخصية الداخلية مهمة لتنمية الريادة والابتكار والموهبة لدى



الطالب الجامعي . وكل هذه المهارات تتم بمعرفة الذات او ادراك نقاط القوة لديه هي من اعظم انجازات الحياة . فالسلوك القيادي يبدأ بالتأثير . حيث يقع داخل كل انسان امكانية كبيرة للتأثر في الآخرين . فالقادة الحقيقيون يعرفون انفسهم ويتصلون جيداً بالآخرين (فايضة الحمادي . ٢٠١٦ : ١٢) . وبغض النظر عن الدراسة او مجال عمل الطالب الجامعي فإن مهمة فهمه لنفسه او تأثيره في الآخرين هو المفتاح لنجاحه وسعادته .

ومن سمات القيادة الاخرى (فايضة الحمادي . ٢٠١٦ : ١٣) :

١. الشجاعة للبقاء قوياً .
٢. الثقة بالنفس .
٣. الذكاء العاطفي .
٤. ضبط النفس
٥. القدرة على التعلم من الاخطاء .
٦. الاستعداد للتغيير .
٧. نزعة اجتماعية (الوعي بما يحتاج اليه الجمهور) .
٨. البوصلة الاخلاقية .
٩. القدرة على الاسترخاء .
١٠. القدرة على ألهام الآخرين .

وأكثر من هذه السمات موجودة في شعر المعلقات يمكن توظيفها في تنمية السلوك القيادي لدى الطالب الجامعي . واليكم بعضاً من هذه الاشعار :

يقول امرؤ القيس (الجوابرة : ١٨٧) .

وليل كموج البحر أرخى سدوله عليّ بأنواع الهموم ليبتلي .

أفاطم مهلاً بعض هذا التدلل وان كنت قد أزمعت صرمي فأجملي

فالهموم التي ذكرها امرؤ القيس هو أنشغاله بعقله وعواطفه فالانشغال تمثله كلمة (الهموم فهذه الرؤية عند الشاعر هو اتخاذ القرار بعد الانشغال به .

اما في البيت الثاني فإنه يتطرق الى ذكر (أفاطم) التي قد تكون كناية عن إنتمائه لارض وللقبيلة التي تتوق نفس الشاعر اليهما فيلجأ الى التجميل بالصبر



والشجاعة والحلم وهذه المفردات من سمات القيادة . فهو لم يفقد الامل في تحقيق ما يصبو اليه . فالانسان يستطيع ان يؤثر في الاخرين من خلال سلوكه . ومن هنا نجد الشاعر يمضي بخطوات مضيئة ليقول (المصدر نفسه : ١٧٨) :

أغرك مني أن حبك قاتلي وانك مهما تأمري القلب يفعل

والمعلقات كما صورت حياة الترحل صورة حياة الحرب والسلام والفروسية ومن ذلك زخرت المعلقات بذكر الحروب والمفاخرة بالاقوياء نرى ذلك واضحاً في معلقة عمرو بن كلثوم (الزوزني : ١٩٦٣ : ١٧٨) :

فان قناتنا يا عمرو أعيت على الاعداء قبلك أن تلينا .

ورثنا المجد قد علمت معد نطاعن دونه حتى يبيننا .

فالقناة التي ذكرها الشاعر كناية عن العز والريادة عند العرب . الا ان الحروب المستمرة بين القبائل أغنت شبابهم وتعطلت مصالحهم لذلك قام عقلاؤهم بالسعي لأقرار السلام بينهم والدعاء الى إغمد السيوف . كما قال زهير بن أبي سلمى (ديوان زهير . ٢٠١٠ : ٧٧) :

تداركتما عبساً وذبيان بعد ما تفانوا ودقوا بينهم عطر منشم

وقد قتلتما أن ندرك السلم واسعاً بمال ومعروف من القول نسلم

فأصبحتما منها على خير موطن بعيدين فيها من عقوق ومأثم

عظيمين في عليا معد هديتما ومن يستبح كنزاً من المال يعظم

فالسمة القيادية . وتأثيرها في السلوك القيادي نجدها في هذين الرجلين اللذين ذكرهما الشاعر وهما (هرم ابن سنان . والحارث بن عوف) المؤثرين في الاخرين مما أدت هذه السمة الى اقرار السلام بين القبيلتين المتحاربتين . بسبب تحملهما أعباء ديات القتلى . فالشاعر يخاطب الرجلين بقوله : وقد قتلتما . أي اتفق لنا إتمام الصلح ببذل المال واسداء المعروف من الخير . ثم يقول الشاعر : فأصبحتما على خير موطن من الصلح . وتلخيص المعنى . أنكما طلبتما الصلح بين العشائر فظفرتما به . في حال عظمتكما في الرتبة العليا من شرف معدّ وحسبها . فالشاعر هو المتكلم وهو الذي رسم المخاطب



والغائب وبين صورتيهما القيادية وتأثيرهما المعنوية في الآخرين من خلال سلوكيهما بما لها من الشجاعة وضبط النفس في اتخاذ قرارات السلام .

وفي الفتوة والفروسية تبدو السمة القيادية واضحة من خلال الفاظ يرسمها طرفة ابن العبد قائلاً (الزوزني . ١٩٦٣ : ٨١) :

إذا القوم قالوا من فتى خلت أنني

عنيت فلم أكسل ولم أتبلد .

فمن السلوك القيادي لدى العربي هو ان يسلك العربي سلوك الشجاعة التي أصبحت مضرب المثل لدى شعراء المعلقات . فالعربي بطبيعته شجاع ببذل النفس والنفيس في سبيل ان يظهر بمظهر المدافع عن الحرية والحفاظ على محارمه وعلى كرامته . فالفخر والشجاعة لهما المكان الأير في شعر المعلقات :

ويفتخر عنثرة بفروسيته وشجاعته قائلاً (شرح ديوان عنثرة . ٢٠١٠ : ١٨٣) :

لما رأيت القوم أقبل جمعهم يتذاكرون كررت غير مذمم

يدعون عنثرة والرماح كأنها أشطان بئر في لبان الادهم

ولقد شفى نفسي وأبرأ سقمها قيل الفوارس ويك عنتر أقدم .

فهذا السلوك الذي رسمه الشاعر لنفسه هو قيادي لان السمات التي تشمل على الشجاعة والنجدة ورعاية النزيل والجار وإغاثة الملهوف والأخذ بيد المظلوم هي سمات قيادية . وهذه السمات طبيعية متأصلة في نفوس العرب كانت ولا تزال من ابرز صفاتهم والتي صورها الشاعر على ادق تصوير فهي تغذي القارئ الملهم والطالب الجامعي بمعنوية عالية ومهارة قيادية وصولاً الى تحقيق الرغبة من سلوكه ومهاراته ومواهبه الابداعية .

المقترحات :

١. الاكثار من قراءة الشعر الجاهلي لأن الشعر ديوان العرب وسجل لمآثرهم .
٢. الاستفادة من قراءة الشعر الجاهلي لكونه يحتوي على سمات الشجاعة والبطولة والكرم والشهامة فهو ينبوع لرفع معنوية القارئ كي يتصف بمثل هذه الصفات .



المصادر

٣. الجوابرة فاطمة محمود . المعلقات العشر . الطبعة الاولى . دار صفاء للنشر والتوزيع . عمان ١٤٢٤ هـ - ٢٠٠٤ م .
٤. الزوزني . شرح المعلقات السبع . دمشق ١٩٦٣ .
٥. فرانسيس أ. كارنز وسوزان م . بين (دكتور) نقلته الى العربية فايضة صالح الحمادي . القيادة للطلاب . الطبعة الاولى . العبيكا . الرياض . ١٤٣٧ هـ - ٢٠١٦ م .
٦. محمد علي سلامة (دكتور) . شرح ديوان زهير ابن ابي سلمى . الطبعة الاولى . دار الصحوة . القاهرة . ١٤٣١ هـ - ٢٠١٠ م .
٧. محمد علي سلامة (دكتور) . شرح ديوان عنتر بن شداد . الطبعة الاولى . دار الصحوة . القاهرة . ١٤٣١ هـ - ٢٠١٠ م .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال في الجامعات العراقية من وجهة نظر القادة الكشفيين وسبل التغلب عليها

أ.د. ثائر رشيد حسن

جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

thaermutar@yahoo.com

الكلمات المفتاحية : معوقات النشاطات الكشفية

الملخص

يهدف البحث إلى التعرف على معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال في الجامعات العراقية من وجهة نظر القادة الكشفيين. فضلاً عن التعرف على سبل التغلب على معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال. وافترض الباحث إنَّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات أفراد العينة لمعوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال في الجامعات العراقية. وتم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي. وتمثل مجتمع وعينة البحث بقادة لجنة الكشفية الجامعية لوزارة التعليم العالي والبحث العلمي وقادة جواله الجامعات الحكومية والجامعات والكليات الأهلية المشاركون في المخيم الكشفى لجواله الجامعات العراقية السادس في ديالى البالغ عددهم (٦٦) قائد كشفي للعام ٢٠١٨/٢٠١٩. ومن أهم الاستنتاجات يمثل بعض قادة الجواله ومناهج النشاطات والأسرة والجواله أنفسهم معوقات ممارسة النشاطات الكشفية من وجهة نظر القادة. ومن أهم التوصيات ضرورة إعادة النظر من قبل قادة جواله الجامعات الحكومية والجامعات والكليات الأهلية بمناهج النشاطات الكشفية لمرحلة الجواله بما يتلاءم مع ميولهم وحاجاتهم واهتماماتهم بما يضمن تنمية المهارات والقدرات المعرفية ليكونوا نافعين لأنفسهم ومجتمعهم.

The Obstacles of Practising Scouts Activities of the Scouts Tribes
in the Iraqi Universities From the view of Scouts Leaders and the
means of overcoming them

Researcher



PhD Thaer Rasheed Hasan

University of Diyala / College of Physical Education and Sports
Sciences

thaermutar@yahoo.com

Abstract

The study aims at knowing the The Obstacles of Practising Scouts Activities of Scouts Tribes in the Iraqi Universities from the view of Scouts Leaders . In addition. the means of overcoming such obstacles . The researcher assumes that there are differences with statistical references among the means of responses of the sample individuals to the Obstacles of Practising Scouts Activities of Scouts Tribes in the Iraqi Universities . The decriptive analytical Curriculum.

The sample and the community of the study are represented by the Scouts Leaders in in the Iraqi Universities of yje ministry of Higher Education and Scientific Research and the scouts leaders in the Iraqi Universities participating in the 6th scouts camp for the scouts of the Iraqi Universities in Diyala who are "66" for the academic year 2018 -2019.

The most important of the conclusions are some scouts . scouts leaders activities curricula. and the family represent the obstacles in the view of Scouts Leaders.

The most important recommendations are the necessity of reviewing the scouts curricula by the Scouts Leaders in the Iraqi Universities .in a way that suits their desires and needs and interests. In a way that guarantees the growing of the skills and



knowledge abilities for the leader to be helpful for themselves and their communities.

١- المقدمة

تُعَدُّ الحركة الكشفية منظمة تربوية تطوعية لا سياسية موجهة للفتية والشباب دون تمييز بينهم في الدين والجنس تهدف إلى تنمية قدرات الفتية العقلية والبدنية والروحية ليستفيدوا منها وتمكينهم ليكونوا مواطنين فاعلين في مجتمعهم. وتهدف المناهج الكشفية إلى تربية الطلبة تربية سليمة عن طريق نشاطات وبرامج مختلفة لإشباع ميولهم وحاجاتهم فضلاً عن دعم روابط الإخوة بين الأفراد عن طريق العمل في مجموعات صغيرة وتعويدهم على الأخلاق الحميدة عن طريق السلوك الشخصي والاجتماعي وإكسابهم خبرات ومهارات ومعارف جديدة. وغرس الانتماء والولاء الوطني لديهم. وفي ضوء ما تقدم تجلت أهمية البحث في. وعن طريق إطلاع ومتابعة الباحث كمتخصص في التربية الكشفية ومعني لاحظ إن مشكلة البحث تتبلور في وجود تباين لدى بعض القادة في تطبيق المناهج الكشفية والتركيز على الجوانب الشكلية لوجود العديد من المعوقات التي تواجه النشاطات الكشفية وإخراجها بصورة ترفيهية. ومما تقدم فقد تولدت فكرة الدراسة لدى الباحث بوصفها محاولة علمية لأول مرة في العراق للكشف عن هذه المعوقات وسبل التغلب عليها من وجهة نظر القادة الكشفيين. ويأتي ذلك بهدف الإسهام في الوصول إلى حقائق تساعد المختصين في وضع المناهج الكشفية المناسبة للجوالة بما يكفل تعليم ورعايتهم وتوجيههم وتطوير قابلياتهم إلى المستوى الأفضل. ويهدف البحث إلى التعرف على معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوالة في الجامعات العراقية من وجهة نظر القادة الكشفيين. فضلاً عن التعرف على سبل التغلب على معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوالة. وافترض الباحث إنَّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات أفراد العينة لمعوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوالة في الجامعات العراقية.



٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

١-٢ منهج البحث

تمَّ اعتماد المنهج الوصفي التحليلي.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع وعينة البحث بعض قادة لجنة الكشفية الجامعية لوزارة التعليم العالي والبحث العلمي وقادة جواله الجامعات الحكومية والجامعات والكليات الأهلية البالغ عددهم (٦٦) قائد كشفى المشاركون في المخيم الكشفى لجواله الجامعات العراقية السادس في ديالى للعام ٢٠١٨/٢٠١٩. يمثلون (٢٩) جامعة. كما هو مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

يُبين مجتمع وعينة البحث

العدد	جهة الترشيح	العدد	جهة الترشيح	العدد	جهة الترشيح
٢	جامعة الفرات الأوسط التقنية	٢	ج. العراقية	٢	ج. المستصرية
٢	كلية الحدباء الجامعة	٢	ج. الأنبار	٢	ج. الموصل
٢	كلية القلم الجامعة	٢	ج. الفلوجة	٢	ج. البصرة
٢	كلية الرشيد الجامعة	٢	ج. الحمدانية	٢	ج. التكنولوجيا
٢	تكنولوجيا المعلومات	٢	ج. كربلاء	٢	ج. بابل
٢	كلية المنارة لعلوم الطبية	٢	ج. واسط	٢	ج. الكوفة
٢	كلية المنارة	٢	ج. القادسية	٢	ج. ديالى
٢	كلية دجلة	٢	ج. ذي قار	٢	ج. تكريت
٢	كلية بلاد الرافدين الجامعة	٢	ج. نينوى	٢	ج. سامراء
٢	جامعة البيان	٢	ج. الفراهيدي	٢	ج. كركوك
المجموع الكلي (٦٠) + بعض لجنة الكشفية الجامعية (٦) = (٦٦)					

٢-٣ الأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات:

١-٣-٢ الأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:



- المراجع والمصادر العربية.
 - مقياس معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال في الجامعات العراقية من وجهة نظر القادة الكشفيين.
- ٢-٤ أداة الدراسة

بعد إطلاع الباحث على جُملة من الأدبيات والدراسات الخاصة بالنشاطات الكشفية منها^(١)، تمَّ جمع (٤٨) فقرة التي تمَّ بموجبها معرفة معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال في الجامعات العراقية من وجهة نظر القادة الكشفيين. والتعرّف على سبل التغلب على معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجوال. وارتبطت الفقرات الـ (٤٨) بالمجالات الآتية:

١. المعوقات المتعلقة بالجهات المشرفة على النشاطات. ويتضمن الفقرات من (٨-١).
 ٢. المعوقات المتعلقة بقيادة الجوال. ويتضمن الفقرات من (٩-١٦).
 ٣. المعوقات المتعلقة بالجوال أنفسهم. ويتضمن الفقرات من (١٧-٢٤).
 ٤. المعوقات المتعلقة بالأهل. ويتضمن الفقرات من (٢٥-٣٢).
 ٥. المعوقات المتعلقة بالنشاطات الكشفية ذاتها. ويتضمن الفقرات من (٣٣-٤٠).
 ٦. المعوقات المتعلقة بالمجتمع المحلي. ويتضمن الفقرات من (٤٠-٤٨).
- وتوجد أمام كُلِّ فقرة خمسة مستويات للإجابات المحتملة هي (دائمًا. غالبًا. أحيانًا. نادرًا. أبدًا). وتوضع علامة (✓) من قبل القائد الكشفي في المستوى الذي يتوافق مع طبيعة معوقات ممارسة النشاطات الكشفية. وتتراوح درجات كُلِّ فقرة من (١-٥) درجات. والدرجة النهائية للمقياس هي مجموع درجات جميع الفقرات. ولاسيما إنَّ الدرجة العليا للمقياس هي (٢٤٠) درجة. والدرجة الدنيا هي (٤٨) درجة. والوسط الفرضي هو (١٤٤) درجة. وبهدف التأكد من صلاحية فقرات المقياس قام الباحث بعرضها على (٩) على مجموعة من الخبراء والمختصين^(*) في مجالات (علم النفس

(١) الإقليم الكشفي العربي؛ الدليل العام للمناهج الكشفية العربية المطورة: (مصر/ القاهرة. الأمانة العامة. ٢٠١١م).

(١) سعد العلي؛ التربية الكشفية في دول الخليج العربي: (الرياض/ مكتبة الرياض. ١٩٩٣م).

(الخبراء والمختصين:*)



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/٢٠٢٠)

العام. والرياضي. والكشافة. مناهج التربية الرياضية. مناهج التربية الكشفية) لبيان رأيهم في مدى صلاحية فقراته. إذ اتفق جميعهم على صلاحية فقرات المقياس من دون أي تعديل لأي فقرة. وبنسبة اتفاق (١٠٠%). بعد اعتماد (٢٤) للتعرف على الفقرات الصالحة من غيرها كما في الجدول (٢)

الجدول (٢)

يبين قيم النسب المئوية (٢٤) لفقرات مقياس معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجواله في الجامعات العراقية

ت	الفقرات	النسبة المئوية %	عدد المواقف	قيمة كد المدسوة	الدالة
١	يوظف مدراء أقسام النشاطات الطلابية التخصيص المالي للنشطة الكشفية لتحسين الجوانب الشكلية للقسم.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢	ضعف قناعة مدراء أقسام النشاطات الطلابية بأهمية النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٣	اهتمام مدراء أقسام النشاطات الطلابية بالتحصيل الدراسي للطلبة	١٠ %	٩	٩	معنوية
٤	ضعف التشجيع مدراء أقسام النشاطات الطلابية لإبداعات الفرق الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٥	اهتمام مدراء أقسام النشاطات الطلابية بالجوانب المظهرية عند الإشراف على النشاط الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية

١. أ.د. محمود داود سلمان مناهج التربية الرياضية/ قائد تدريب دولي كلية المستقبل الجامعة
٢. أ.د. صالح مهدي صالح علم النفس جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية
٣. أ.د. آلاء زهير مصطفى علم النفس الرياضي جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤. أ.د. كامل عبود حسين علم النفس الرياضي جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥. أ.م.د. لمياء سامي النياس مناهج تربية كشفية المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة / ٣
٦. أ.د. رياض نوري عباس علم النفس الرياضي/كشافة جامعة البصرة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٧. أ.م.د. راوية عبد الفتاح علم النفس/كشافة الجامعة المستنصرية / كلية العلوم
٨. منى فائق احمد البندر قائد تدريب دولي رئيس جمعية بلاد الرافدين الكشفية
٩. عبد الكريم حنون حسين قائد تدريب دولي / وزارة التربية/المديرية العامة للنشاط الرياضي والنشاط المدرسي



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠) المحور الخامس

٦	قلة الخبرة الكشفية لمسؤولي الشعب الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٧	تعدد المهام المكلف بها مسؤولي الشعب الكشفية (كالنشاط الرياضي والثقافي).	١٠ %	٩	٩	معنوية
٨	قلة تواصل مسؤولي الشعب الكشفية مع مسؤولي النشاط في الكليات	١٠ %	٩	٩	معنوية
٩	قلة معرفة خصائص نمو مرحلة الجواله لمراعاتها في وضع وتطبيق النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٠	كثرة الواجبات الإدارية المكلف بها القائد الكشفي في الجامعة	١٠ %	٩	٩	معنوية
١١	حاجة قادة الجواله إلى التدريب على برامج الجواله وطرائق تنفيذها.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٢	إجبار بعض القادة على التطوع في الكشفية من دون قناعة.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٣	قصور وسائل التدريب والبرامج الكشفية غير الملائمة.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٤	قلة وجود قيادات مؤهلة لتولي المسؤولية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٥	ضعف القدرة على إيجاد الحلول لبعض المشاكل التي يعاني منها الجواله.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٦	ضعف العلاقة بين القائد والجواله وتجاهل الأوضاع العائلية (الدراسية و العائلية).	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٧	تشغل النشاطات الكشفية الجواله في حضورهم محاضراتهم الدراسية	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٨	قلة الوقت المتاح للجواله لممارسة النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
١٩	يقوم الجواله بتقديم اقتراحات عملية لخدمة النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٠	شعور الجواله أن مهاراتهم لا تؤهلهم للعمل الكشفي.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢١	شعور الجواله بالخلل عند ممارسة النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٢	شعور الجواله انهم أشخاص غير مرغوب فيه.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٣	ضعف قناعة الجواله بجدوى النشاطات الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٤	شعور الجواله بقصور النشاط الكشفي عن تلبية حاجاتهم وميولهم	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٥	ضعف العلاقة بين القائد والعائلة تدفعهم لمنع أبنائهم الجواله من ممارسة النشاطات الطلابية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٦	عدم تشجيع الأهل لأبنائهم الجواله بالاستمرار في الأنشطة الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية
٢٧	الصورة السلبية التي يمكن أن تكون في ذهن الأهل حول الكشفية.	١٠ %	٩	٩	معنوية



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠) المحور الخامس

٢٨	اتهام الأولياء الكشافة بابتعاد الجوال عن دراسته.	١٠%	٩	٩	معنوية
٢٩	غياب المتابعة الجدية من قبل الأهل لأنشطة أبنائهم الكشفية.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٠	انعدام النظرة الصحيحة عن الحركة الكشفية من قبل الآباء (حركة غير تربوية).	١٠%	٩	٩	معنوية
٣١	شعور الجواله بقلة اهتمام أسرهم بانتمائهم للكشافة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٢	كثرة النزاعات الأسرية تجعل الجواله يفكرون في أشياء غير الكشفية.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٣	قلة عوامل الجذب والتشويق والإثارة في النشاطات الكشفية الجامعية.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٤	قلة مواكبة النشاطات الكشفية لروح العصر وتطوره.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٥	قلة الأنشطة التي تمثل تحدياً للفتية والشباب.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٦	خلو البرنامج من النشاطات الميدانية كالرحلات والمخيمات والمشاركة في المناسبات المختلفة (الدينية، الوطنية، الاجتماعية).	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٧	قلة تطبيق الطريقة الكشفية والتواصل بين المراحل.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٨	تقديم النشاطات الكشفية من بعض القادة الغير مؤهلين.	١٠%	٩	٩	معنوية
٣٩	بعض البرامج الكشفية لا تساعد على مواجهة مشكلات الحياة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٠	إن البرامج الكشفية كثيرة ولا يمكن الإلمام بها بسهولة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤١	منافسة التنظيمات الشبابية التي تجذب الجواله للعمل الكشفية فيها	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٢	توجه الجواله نحو وسائل ترويحية أخرى كالإنترنت ووسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٣	ضعف التواصل الاجتماعي بين الجوال ومحيطة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٤	فقدان الفرد للقيم والعادات والتقاليد الاجتماعية (المشاركة، التعاون).	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٥	قصور النظرة الاجتماعية للنشاطات الكشفية تقلل من التحاق الجواله.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٦	الافتقار إلى نوادي أو جمعيات كشفية في محافظتنا.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٧	تهميش النشاطات الكشفية في المحافظة.	١٠%	٩	٩	معنوية
٤٨	أصدقائي في الحي الغير منتمين للكشافة لهم تأثير علي.	١٠%	٩	٩	معنوية

يتبين من الجدول (٢) أن قيم (كا) لجميع فقرات المقياس التي تمّ الحصول عليها عن طريق اتفاق الخبراء والمختصين وبحسب ما تمّ الاتفاق عليه. وبعد استخراج



جميع القيم ومقارنتها مع قيمة (٢٤) الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠,٠٥) اتضح أنَّها حققت قيماً أعلى من (٣,٨٤).

٥-٢ التجربة الاستطلاعية:

من أجل إعطاء صورة واضحة ودقيقة عن مفردات المقياس المرشح للتطبيق. وبعد تحديد عينة البحث. وبهدف الوقوف على أهم المعوقات التي قد تواجه الباحث في بحثه الحالي. ولضمان الحصول على نتائج موثوق بها أجرى الباحث تجربة استطلاعية يوم (السبت) الموافق ٢٠١٩/٤/١٣ على عينة مكونة من (٣٠) قائد كشفي من غير عينة البحث.

٦-٢ الأسس العلمية للمقياس

بهدف التعرف على الأسس العلمية للمقياس واستيفائه للشروط العلميّة (الصدق). الثبات. (الموضوعية). استخدم الباحث نوعين من الصدق. الأوّل

أولاً: الصدق الظاهري

وقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما عُرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين. في مجالات (علم النفس العام. والرياضي. والكشافة. مناهج التربية الرياضية. مناهج التربية الكشفية) لإبداء آراؤهم بشأن أبعاد المقياس وفقراته من ناحية كونها صالحة أم لا لعينة البحث. وبعد إجراء بعض التعديلات الطفيفة تمّ قبول المقياس بفقراته المرشحة للتطبيق.

ثانياً: صدق البناء

يعتمد هذا النوع من الصدق على التحقق التجريبي من مدى تطابق درجات الفقرات مع الخاصية أو المفهوم المراد قياسه إذ " تُعدُّ أساليب تحليل الفقرات مؤشراً على هذا النوع من الصدق"^(٣). وللتحقق من صدق البناء اعتمد الباحث على طريقتين لتحليل الفقرات هي:

١. القوة التمييزية للفقرات:

(٣) عبد الجليل إبراهيم الزوبعي (وآخرون)؛ الاختبارات والمقاييس النفسية: (الموصل. مطبعة جامعة الموصل.



يقصد بالقوة التمييزية مدى قدرة الفقرة على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا من الأفراد بالنسبة للسمة التي تقيسها الفقرة^(٤). وتشير القوة التمييزية إلى "القدرة على التفريق أو التمييز بين الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية والأفراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه"^(٥). إذ تم تفريغ إجابات عينة التجربة الاستطلاعية وترتيبها تنازلياً. واعتمد الباحث في عملية تحليل الفقرات على أسلوبين للقوة التمييزية هما أسلوب المجموعتين المتطرفتين عن طريق اعتماد نسبة (٦٠%) من الدرجات العليا و(٦٠%) من الدرجات الدنيا. والجدول (٣) يبين القوة التمييزية لفقرات المقياس الحالي.

الجدول (٣)

يُبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين العليا والدنيا وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ ودلالاتها الإحصائية في حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجواله في الجامعات العراقية

رقم الفقر ة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س	ع±	س	ع±			
١	3.13	977.	2.25	1.042	6.398	0.00	مميزة
٢	3.13	1.024	2.37	991.	5.536	0.00	مميزة
٣	2.95	951.	2.26	921.	5.452	0.00	مميزة
٤	2.79	907.	2.31	757.	4.153	0.00	مميزة
٥	2.55	999.	2.11	1.044	3.130	0.002	مميزة
٦	3.01	962.	2.32	905.	5.391	0.000	مميزة

(4) Shaw, Marvin E.; Scale for the Measurement of Attitude: (New York, McGraw- Hill, 19٨7)
p.45.

(١) أميرة حنّا؛ بناء وتقنين مقياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد: (أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. ٢٠٠١م) ص ٥٤-٥٥.



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٧	3.15	915.	2.40	995.	5.766	0.000	مميزة
٨	3.15	905.	2.44	1.044	5.364	0.000	مميزة
٩	3.05	1.062	2.45	1.062	4.099	0.000	مميزة
١٠	2.73	982.	2.43	919.	2.361	0.019	مميزة
١١	3.02	1.041	2.35	970.	4.870	0.000	مميزة
١٢	2.91	972.	2.55	999.	2.693	0.008	مميزة
١٣	3.00	947.	2.55	970.	3.477	0.001	مميزة
١٤	2.94	965.	2.61	708.	2.894	0.004	مميزة
١٥	3.15	935.	2.66	919.	3.890	0.000	مميزة
١٦	3.06	940.	2.28	984.	6.009	0.000	مميزة
١٧	3.06	988.	2.31	880.	5.961	0.000	مميزة
١٨	3.00	976.	2.33	1.041	4.854	0.000	مميزة
١٩	3.20	1.021	2.38	1.117	5.660	0.000	مميزة
٢٠	2.79	1.014	2.38	1.150	2.761	0.006	مميزة
٢١	2.69	971.	2.28	841.	3.371	0.001	مميزة
٢٢	2.61	955.	2.31	870.	2.458	0.015	مميزة
٢٣	2.75	987.	2.35	1.026	2.906	0.004	مميزة
٢٤	2.79	977.	2.45	1.080	2.379	0.018	مميزة
٢٥	3.25	978.	2.20	894.	8.208	٠,٠٠٠	مميزة



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

مميزة	٠,٠٠٠	8.009	997.	2.34	904.	3.38	٢٦
مميزة	٠,٠٠٠	6.865	964.	2.12	1.017	3.05	٢٧
مميزة	٠,٠٠٠	4.580	899.	2.44	1.000	3.03	٢٨
مميزة	0.011	2.551	1.049	2.61	921.	2.95	٢٩
مميزة	٠,٠٠١	3.260	1.000	2.47	962.	2.91	٣٠
مميزة	٠,٠٠١	3.527	946.	2.61	983.	3.07	٣١
مميزة	٠,٠٠٠	6.644	967.	2.41	874.	3.24	٣٢
مميزة	٠,٠٠٠	5.674	1.042	2.42	971.	3.19	٣٣
مميزة	٠,٠٠٠	5.246	972.	2.37	1.024	3.08	٣٤
مميزة	٠,٠٠٢	3.085	917.	2.67	936.	3.06	٣٥
مميزة	٠,٠٠٠	6.086	890.	2.56	899.	3.30	٣٦
مميزة	٠,٠٠٠	4.233	910.	2.56	923.	3.09	٣٧
مميزة	٠,٠٠١	3.463	990.	2.47	934.	2.93	٣٨
مميزة	٠,٠٠٠	4.564	960.	2.56	978.	3.16	٣٩
مميزة	٠,٠٠٠	4.020	957.	2.67	939.	3.19	٤٠
مميزة	٠,٠٠٠	6.855	900.	2.56	826.	3.36	٤١
مميزة	٠,٠٠٠	6.389	962.	2.50	867.	3.30	٤٢
مميزة	٠,٠٠٠	5.322	980.	2.54	910.	3.22	٤٣
مميزة	٠,٠٠٠	6.895	1.051	2.42	897.	3.33	٤٤



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٤٥	2.94	1.003	2.41	977.	3.986	٠,٠٠٠	مميزة
٤٦	2.86	1.063	2.33	907.	3.925	٠,٠٠٠	مميزة
٤٧	2.98	1.076	2.31	912.	4.980	٠,٠٠٠	مميزة
٤٨	3.18	905.	2.27	933.	7.253	٠,٠٠٠	مميزة

٢. علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي):

تُعدُّ الدرجة الكلية للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية عن طريق ارتباطها بدرجات القادة على الفقرات. ومن ثمَّ فإنَّ ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس الحالي يعني أنَّ الفقرة تقيس المفهوم الذي تقيسه الدرجة الكلية نفسها^(٦). فتُحذف الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس واطئة (غير معنوية)^(٧). وكما هو مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

يُبين معامل ارتباط بيرسون بين درجة كُلِّ فقرة والدرجة الكلية للمقياس

الدرجة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة	الفقرة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة	الفقرة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة
١	286* *	000.	معنوي	١٧	192**.	000.	معنوي	33	259**.	000.	معنوي
٢	225* *	000.	معنوي	١٨	205**.	000.	معنوي	٣٤	209**.	000.	معنوي

(6) Stanley, C. J. & Hokins, K. D.; **Educational Psychology Measurement a Evaluation**: (New Jersey, Prentice-Hall, 19٩2) p.111

(7) Anastasi, A.; **Psychological Testing**: (New York, Macmillan, 19٩6) p.154



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

معنوي	000.	324**	٣٥	معنوي	018.	118*.	١٩	معنوي	001.	159* *	٣
معنوي	000.	331**	٣٦	معنوي	001.	173**.	٢٠	معنوي	000.	273* *	٤
معنوي	000.	288**	٣٧	معنوي	005.	142**.	٢١	معنوي	000.	287* *	٥
معنوي	000.	333**	٣٨	معنوي	005.	140**.	٢٢	معنوي	000.	313* *	٦
معنوي	000.	250**	٣٩	معنوي	000.	187**.	٢٣	معنوي	000.	235* *	٧
معنوي	000.	226**	٤٠	معنوي	000.	417**.	٢٤	معنوي	000.	339* *	٨
معنوي	000.	352**	٤١	معنوي	000.	411**.	25	معنوي	000.	177* *	٩
معنوي	000.	412**	٤٢	معنوي	000.	253**.	٢٦	معنوي	000.	235* *	١٠
معنوي	000.	304**	٤٣	معنوي	000.	367**.	٢٧	معنوي	000.	270* *	١١
معنوي	001.	167**	٤٤	معنوي	000.	306**.	٢٨	معنوي	000.	183* *	١٢
معنوي	000.	261**	٤٥	معنوي	000.	247**.	٢٩	معنوي	000.	259* *	١٣
معنوي	000.	186**	٤٦	معنوي	003.	146**.	٣٠	معنوي	000.	370* *	١٤



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

معنوي	001.	160**	٤٧	معنوي	000.	226**	٣١	معنوي	000.	303*	١٥
معنوي	000.	252**	٤٨	معنوي	000.	337**	٣٢	معنوي	000.	342*	١٦

الجدول (٥)

يُبين معامل ارتباط بيرسون بين درجة كلّ فقرة ودرجة مجالها

الفقرة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة	الفقرة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة	الفقرة	الارتباط	قيم الدلالة	نوع الدلالة
١	286**	000.	معنوي	١٧	192**	000.	معنوي	١	259**	000.	معنوي
٢	225**	000.	معنوي	١٨	205**	000.	معنوي	٢	209**	000.	معنوي
٣	159**	001.	معنوي	١٩	118*	018.	معنوي	٣	324**	000.	معنوي
٤	273**	000.	معنوي	٢٠	173**	001.	معنوي	٤	331**	000.	معنوي
٥	287**	000.	معنوي	٢١	142**	005.	معنوي	٥	288**	000.	معنوي
٦	313**	000.	معنوي	٢٢	140**	005.	معنوي	٦	333**	000.	معنوي
٧	235**	000.	معنوي	٢٣	187**	000.	معنوي	٧	250**	000.	معنوي
٨	339**	000.	معنوي	٢٤	417**	000.	معنوي	٨	226**	000.	معنوي
٩	177**	000.	معنوي	25	411**	000.	معنوي	٩	352**	000.	معنوي
١٠	235**	000.	معنوي	٢٦	253**	000.	معنوي	١٠	412**	000.	معنوي
١١	270**	000.	معنوي	٢٧	367**	000.	معنوي	١١	304**	000.	معنوي
١٢	183**	000.	معنوي	٢٨	306**	000.	معنوي	١٢	167**	001.	معنوي
١٣	259**	000.	معنوي	٢٩	247**	000.	معنوي	١٣	261**	000.	معنوي
١٤	370**	000.	معنوي	٣٠	146**	003.	معنوي	١٤	186**	000.	معنوي
١٥	303**	000.	معنوي	٣١	226**	000.	معنوي	١٥	160**	001.	معنوي
١٦	342**	000.	معنوي	٣٢	337**	000.	معنوي	١٦	252**	000.	معنوي



الجدول (٦)

يُبين معامل ارتباط بيرسون بين درجة كُلِّ مجال والدرجة الكلية للمقياس

المجالات	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
معامل الارتباط	0.88	0.86	0.89	0.84	0.90	0.86

يتبين من نتائج الجداول (٤. ٥. ٦) أنَّ قيم معامل الارتباط كانت أكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠,٣٦١) عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يؤكد على تمتع المقياس بالصدق.

ثبات المقياس

يُعدُّ الثبات شرطاً أساسياً من شروط المقياس الجيد. "والاختبار الثابت هو مقياس موثوق به ويتحقق إذا كانت فقرات المقياس تقيس المفهوم نفسه الذي وضعت من أجل قياسه"^(٨). وللتحقق من ثبات المقياس قام باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة مكونة من (٣٠) قادة من غير عينة البحث تَمَّ اختيارهم عشوائياً. إذ تَمَّ تطبيق الاختبار الأول في تمام الساعة العاشرة من صباح يوم (السبت) الموافق ٢٠١٩/٤/١٣ عن طريق إرسال المقياس الكترونياً لهم. وإعادته في صباح يوم (السبت) الموافق ٢٠١٩/٤/٢٠ أي بعد مرور (٧) سبعة أيام على العينة نفسها على وفق ما أشار إليه "مروان عبدالمجيد إبراهيم. ٢٠٠٠م" من أنَّ "لمعرفة ثبات الاختبار يُعاد تطبيقه بعد مرور سبعة أيام على الاختبار الأول"^(٩). وبهدف معرفة الارتباط بين نتائج الاختبارين بعد استخدام قانون معامل الارتباط البسيط (بيرسون). إذ تبين أنَّ المقياس يتمتع بدرجة ثبات عالية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) إذ بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٣٦١).

(8) Holt R. & Irving, L.; **Assessing Personality**: (New York, Harcourt Brace, Jovanovich 19٩1) p.

(٩) مروان عبد المجيد إبراهيم؛ أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. ط١: (عمان. مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع. ٢٠٠٠م) ص٤٢.



موضوعية المقياس

إنَّ الموضوعية هي "مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار. وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به"^(١٠). وبما إنَّ فقرات المقياس واضحة ومفهومة وغير قابلة للشك وبعيدة عن التقويم فضلاً عن وضوح تعليماته وطريقة احتساب الدرجة. وهذا ما أكده الخبراء والمختصين الذين سبق وَأَنَّ عرض عليهم المقياس.

الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) في استخراج نتائج البحث.

٣ – عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٣-١ عرض النتائج وتحليلها:

٣-١-١ عرض نتائج فقرات مقياس معوقات النشاطات الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين وتحليلها:

الجدول (٧)

يُبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس معوقات ممارسة النشاطات الكشفية لعشائر الجواله في الجامعات العراقية

رقم الفقر ة	س	ع±	رقم الفقرة	س	ع±	رقم الفقر ة	س	ع±
١	3.33	1.260	١٧	3.31	1.275	33	3.34	1.074
٢	3.29	1.142	١٨	3.29	1.164	34	3.30	1.125

(10) مُحَمَّد حسن علاوي ومُحَمَّد نصر الدين؛ المقياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة. دار الفكر

العربي. ٢٠٠٠) ص ٢٩٩.



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

1.065	3.36	٣٥	1.305	3.45	١٩	1.319	3.16	٣
1.094	3.36	36	1.307	3.48	٢٠	1.178	3.25	٤
1.090	3.32	37	1.305	3.49	٢١	1.110	3.18	٥
1.141	3.33	38	1.332	3.36	٢٢	1.129	3.19	٦
1.147	3.21	39	1.344	3.41	٢٣	1.113	3.16	٧
1.163	3.18	40	1.355	3.39	24	1.185	3.19	٨
1.163	3.17	41	1.168	3.28	25	1.133	3.33	٩
1.158	3.17	42	1.086	3.36	26	1.179	3.26	١٠
1.108	3.28	43	1.091	3.32	27	1.205	3.32	١١
1.053	3.36	٤4	1.105	3.30	28	1.054	3.39	١٢
1.055	3.34	٥4	1.150	3.26	29	1.096	3.45	١٣
1.038	3.38	٤٦	1.137	3.28	٣٠	1.252	3.29	١٤
1.043	3.29	٤٧	1.077	3.35	٣١	1.263	3.29	١٥
1.081	3.32	٤٨	1.029	3.39	٣٢	1.252	3.34	١٦

يتبين من الجدول (٧) إنَّ قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية انحصرت ما بين (٣,١٦ – ٣,٤٩). ويعزو الباحث سبب المعوقات المتعلقة بالجهات المشرفة على النشاطات الطلابية والمتمثلة بأقسام النشاطات الطلابية.

ويرى الباحث إنَّ المعوقات المتعلقة بالمجتمع المحلي تتمثل في تباين التواصل بين أقسام النشاطات الطلابية والمجتمع المحلي. ومحدودية أدوار الجامعة في نشر وتسويق الحركة الكشفية داخل المجتمع المحلي. ونقص معرفة المجتمع المحلي بأهمية النشاطات الكشفية في صقل شخصية أبنائهم اجتماعيا وفكريا وجسديا ودينيا. أمَّا فيما يخص المعوقات المتعلقة بالأهل يرى الباحث إنها تتمثل في عدم وعي أولياء الأمور



بأهداف واهمي النشاطات الكشفية. واهتمامهم بالتحصيل الدراسي فقط من منطلق إن النشاطات الكشفية مضيعة للوقت ولهو. وضعف متابعة أولياء الأمور لأبنائهم في أثناء ممارستهم للنشاطات الكشفية. ضعف تشجيع الأسرة لابنائهم للمشاركة في النشاطات الكشفية. فضلاً عن فقر عائلة الكشاف وعدم القدرة على دفع مستحقات الأنشطة. أما فيما يخص المعوقات المتعلقة بالنشاطات الكشفية فيرى الباحث إنها تتمثل في قلة النشاطات الخاصة بحياة الخلاء والمخيمات الكشفية لقلة توافر الأماكن المخصصة الأمانة والدائمة للتخييم وهذا يتفق مع دراسة (محمد سلمان. ٢٠٠٤) بضرورة إقامة مخيمات كشفية^(١١). وعدم توافر دليل موحد خاص بمرحلة الجوال. وقلة مراعاة ميول وحاجات الجوال عند التخطيط لنشاطاتهم وهذا يتفق مع دراسة (يوسف. ٢٠٠٩) الذي أشار إلى افتقار القادة إلى دليل يضم مفردات تنظيم العمل الكشفي^(١٢). وقلة الأوقات المخصصة لممارسة النشاطات الكشفية. إهمال بعض الجامعات إشراك الجوال بالنشاطات الكشفية. أما فيما يخص قادة الجوال يرى الباحث إن المعوقات المتعلقة بقيادة الجوال تتمثل بالنقص الملحوظ في القادة فضلاً عن وجود قادة غير مؤهلين تأهيلاً كسيفياً لقيادة عشائر الجوال بفاعلية. ضعف قناعة بعض القادة بأهمية النشاطات الكشفية كوسيلة تربوية فعالة لعدم وضوح الرؤية عندهم. التكليف الإجباري لبعض القادة لقيادة النشاطات الكشفية وهو يتفق مع ما أشار إليه (خيرى. ٢٠١٢)^(١٣). أما فيما يخص المعوقات المتعلقة بالجوال أنفسهم فهي تتمثل في تفضيل الشباب في التردد للمقاهي أفضل م ممارسة النشاطات الكشفية. ضعف الثقة بالنفس لدى الجوال بعدم مقدرتهم ممارسة العمل الكشفي. قلة توافر الصحبة التي ينسجم معها الجوال في رهطه أو عشيرته. الحاجة إلى التحفيز المستمر لممارسة النشاطات الكشفية. تغييب أدوار الجوال عند إعداد الخطة.

(11) مُحَمَّدَ سلمان ضحيك؛ القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظة غزة وعلاقتها بالانتران

الانفعالي: (رسالة ماجستير منشورة. الجامعة الإسلامية. كلية التربية. قسم علم النفس. ٢٠٠٤) ص ١٥٤

(12) يوسف سراب؛ الحركة الكشفية ودورها في حماية النشء - دراسة تطبيقية: (دبي. القيادة العامة لشرطة دبي. ٢٠٠٩م)

. ص ١١٥

(13) خيرى عمران حمودة؛ مدى تطبيق الخطة الإستراتيجية ٢٠٠٨-٢٠١٢ لنظام التعليم الأساسي بفلسطين في ضوء

معايير الجودة الشاملة: (رسالة ماجستير منشورة. جامعة الزاهر بغزة. ٢٠١٢م) ص ١٨٩



ومن أبرز السبل للتغلب على معوقات النشاطات الكشفية هي تفعيل مراكز التدريب الكشفية بإقامة العديد من النشاطات الكشفية. عقد أقسام النشاطات الطلابية دورات كشفية متنوعة ومتجددة بالتنسيق والاستعانة بذوي الخبرة. تفعيل أدوار الشعب الكشفية في أقسام النشاطات الطلابية في الجامعات. رفع كفاءة القادة الكشفيين عن طريق الاستمرار بتأهيلهم وتدريبهم لضمان تطوير مهاراتهم وقدراتهم. تخفيف العبء عن كاهل القادة الكشفيين عن طريق عدم تكليفهم بواجبات خارج نطاق الكشافة. عقد ندوات توعوية للشباب الجواله تبرز أهمية النشاطات الكشفية لتحفيزهم وتشويقهم على المشاركة. وجود أن تراعي النشاطات الكشفية ميول وحاجات الشباب وخصائص مرحلتهم العمرية. ضرورة التنسيق بين الجهات ذات العلاقة لتوفير أماكن مناسبة آمنة لتنفيذ النشاطات الكشفية. وجوب اعتماد دليل كشفى موحد في الجامعات يتناسب مع تطلعات العصر والمرحلة العمرية. تنويع النشاطات الكشفية بعيدا عن الرتابة. توعية أولياء الأمور بماهية الحركة الكشفية ونشاطاتها عن طريق عقد العديد من المحاضرات التوعوية واللقاءات الكشفية. حضور أولياء أمور الجواله مع أبناءهم عند مشاركتهم في النشاطات الكشفية. تفعيل الإعلام الكشفى لنشر الحركة الكشفية. وبهذا تحقق هدفا البحث وفرضه.

٤ - الاستنتاجات والتوصيات

٤-١ الاستنتاجات

١. يمثل بعض قادة الجواله ومناهج النشاطات والأسرة والجواله أنفسهم معوقات ممارسة النشاطات الكشفية من وجهة نظر القادة.
٢. وجود حاجة ماسة لتوافر دليل كشفى موحد خاص بمرحلة الجواله والدليلات يتم اعتماده في الجامعات للإفادة منه في تنفيذ نشاطاتهم الكشفية.
٣. وجود حاجة ماسة في قسم النشاطات الطلابية في تكثيف الدورات التدريبية لقادة الجواله والدليلات بما يتواءم مع مستجدات العصر.
٤. افتقاد الجواله لبعض المهارات والقدرات التي تساعد على مواجهة مشاكل الحياة.

٤-٢ التوصيات

١. ضرورة إعادة النظر من قبل قادة جواله الجامعات الحكومية والجامعات والكليات الأهلية بمناهج النشاطات الكشفية لمرحلة الجواله بما يتلاءم مع ميولهم وحاجاتهم



واهتماماتهم بما يضمن تنمية المهارات والقدرات المعرفية ليكونوا نافعين لأنفسهم ومجتمعهم.

٢. التنسيق بين قسم النشاطات الطلابية في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ومجلس كشافة العراق لإصدار دليل كشفي موحد خاص بمرحلة الجواله والدليلات وتعميمه على الجامعات للإفادة منه في تنفيذ النشاطات الكشفية.

٣. ضرورة مشاركة عشائر الجواله والدليلات في المناسبات الوطنية والدينية كافة.

٤. ضرورة توافر القيادات الكشفية المؤهلة التي تستطيع التخطيط الجيد وفق المنهاج الكشفي ومشاركتهم العمل والرأي.

٥. إجراء دراسات مشابهة على مراحل كشفية أخرى.

٦. إجراء دراسات مشابهة للمقارنة بين فرق الجواله والدليلات على مستوى الجامعات.

المصادر العربية والأجنبية

• الإقليم الكشفي العربي؛ الدليل العام للمناهج الكشفية العربية المطورة: (مصر/ القاهرة. الأمانة العامة. ٢٠١١م).

• أميرة حنا؛ بناء وتقنين مقياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد: (أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. ٢٠٠١م).

• خيرى عمران حمودة؛ مدى تطبيق الخطة الإستراتيجية ٢٠٠٨-٢٠١٢ لنظام التعليم الأساسي بـفلسطين في ضوء معايير الجودة الشاملة: (رسالة ماجستير منشورة. جامعة الزاهر بغزة. ٢٠١٢م).

• سعد العلي؛ التربية الكشفية في دول الخليج العربي: (الرياض/ مكتبة الرياض. ١٩٩٣م).

• عبد الجليل إبراهيم الزوبعي (وآخرون)؛ الاختبارات والمقاييس النفسية: (الموصل. مطبعة جامعة الموصل. ١٩٨١م).

• مُحَمَّد حسن علاوي ومُحَمَّد نصر الدين؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة. دار الفكر العربي. ٢٠٠٠).

• مُحَمَّد سلمان ضحيك؛ القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظة غزة وعلاقتها بالانحياز الانفعالي: (رسالة ماجستير منشورة. الجامعة الإسلامية. كلية التربية. قسم علم النفس. ٢٠٠٤م).



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٣-٢٤)

- مروان عبد المجيد إبراهيم؛ أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. ط ١: (عمان. مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع. ٢٠٠٠م).
- يوسف سراب؛ الحركة الكشفية ودورها في حماية النشء – دراسة تطبيقية: (دبي. القيادة العامة لشرطة دبي. ٢٠٠٩م).
- nastasi. A.; Psychological Testing: (New York. Macmillan. 19٩6).
- Holt R. & Irving. L.; Assessing Personality: (New York. Harcourt Brace. Jovanovich 19٩1).
- Stanley. C. J. & Hokins. K. D; Educational Psychology Measurement a Evaluation: (New Jersey. Prentice-Hall. 19٩2).

مجالات المقياس وفقراته

المجال الأول : معوقات متعلقة بالجهات المشرفة على النشاطات.					
ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
١	يوظف مدراء أقسام النشاطات الطلابية التخصيص المالي للنشطة الكشفية لتحسين الجوانب الشكلية للقسم.				
٢	ضعف قناعة مدراء أقسام النشاطات الطلابية بأهمية النشاطات الكشفية.				
٣	اهتمام مدراء أقسام النشاطات الطلابية بالتحصيل الدراسي للطلبة				
٤	ضعف التشجيع مدراء أقسام النشاطات الطلابية لإبداعات الفرق الكشفية.				
٥	اهتمام مدراء أقسام النشاطات الطلابية بالجوانب المظهرية عند الإشراف على النشاط الكشفي.				
٦	قلة الخبرة الكشفية لمسؤولي الشعب الكشفية.				
٧	تعدد المهام المكلف بها مسؤولي الشعب الكشفية (كالنشاط الرياضي والثقافي).				
٨	قلة تواصل مسؤولي الشعب الكشفية مع مسؤولي النشاط في الكليات				
المجال الثاني: معوقات متعلقة بقيادة الجواله.					



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ت	الفقرة	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدأ
١	قلة معرفة خصائص نمو مرحلة الجواله لمراعاتها في وضع وتطبيق النشاطات الكشفية.					
٢	كثرة الواجبات الإدارية المكلف بها القائد الكشفي في الجامعة					
٣	حاجة قادة الجواله إلى التدريب على برامج الجواله وطرائق تنفيذها.					
٤	إجبار بعض القادة على التطوع في الكشفية من دون قناعة.					
٥	قصور وسائل التدريب والبرامج الكشفية غير الملانمة.					
٦	قلة وجود قيادات مؤهلة لتولي المسؤولية.					
٧	ضعف القدرة على إيجاد الحلول لبعض المشاكل التي يعاني منها الجواله.					
٨	ضعف العلاقة بين القائد والجواله وتجاهل الأوضاع العائلية (الدراسية و العائلية).					

المجال الثالث: معوقات متعلقة بالجواله أنفسهم.						
ت	الفقرة	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدأ
١	تشغل النشاطات الكشفية الجواله في حضورهم محاضراتهم الدراسية					
٢	قلة الوقت المتاح للجواله لممارسة النشاطات الكشفية.					
٣	يقوم الجواله بتقديم اقتراحات عملية لخدمة النشاطات الكشفية.					
٤	شعور الجواله أن مهاراتهم لا تؤهلهم للعمل الكشفي.					
٥	شعور الجواله بالخجل عند ممارسة النشاطات الكشفية.					
٦	شعور الجواله انهم أشخاص غير مرغوب فيه.					
٧	ضعف قناعة الجواله بجدوى النشاطات الكشفية.					
٨	شعور الجواله بقصور النشاط الكشفي عن تلبية حاجاتهم وميولهم					



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المجال الرابع: معوقات متعلقة بالأهل.					
ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
١	ضعف العلاقة بين القائد والعائلة تدفعهم لمنع أبنائهم الجواله من ممارسة النشاطات الطلابية.				
٢	عدم تشجيع الأهل لأبنائهم الجواله بالاستمرار في الأنشطة الكشفية.				
٣	الصورة السلبية التي يمكن أن تكون في ذهن الأهل حول الكشفية.				
٤	اتهام الأولياء الكشفية بابتعاد الجوال عن دراسته.				
٥	غياب المتابعة الجدية من قبل الأهل لأنشطة أبنائهم الكشفية.				
٦	انعدام النظرة الصحيحة عن الحركة الكشفية من قبل الآباء (حركة غير تربوية).				
٧	شعور الجواله بقله اهتمام أسرهم بانتمائهم للكشفية.				
٨	كثرة النزاعات الأسرية تجعل الجواله يفكرون في أشياء غير الكشفية.				

المجال الخامس: معوقات النشاطات الكشفية ذاتها.					
ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
١	قلة عوامل الجذب والتشويق والإثارة في النشاطات الكشفية الجامعية.				
٢	قلة مواكبة النشاطات الكشفية لروح العصر وتطوره.				
٣	قلة الأنشطة التي تمثل تحدياً للفتية والشباب.				
٤	خلو البرنامج من النشاطات الميدانية كالرحلات والمخيمات والمشاركة في المناسبات المختلفة (الدينية. الوطنية. الاجتماعية).				
٥	قلة تطبيق الطريقة الكشفية والتواصل بين المراحل.				
٦	تقديم النشاطات الكشفية من بعض القادة الغير مؤهلين.				
٧	بعض البرامج الكشفية لا تساعد على مواجهة مشكلات الحياة.				
٨	إن البرامج الكشفية كثيرة ولا يمكن الإلمام بها بسهولة.				



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المجال السادس: معوقات المجتمع المحلي.					
ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادرًا
١	منافسة التنظيمات الشبابية التي تجذب الجواله للعمل الكشفي فيها				
٢	توجه الجواله نحو وسائل ترويحية أخرى كالانترنت ووسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة.				
٣	ضعف التواصل الاجتماعي بين الجوال ومحيطة.				
٤	فقدان الفرد للقيم والعادات والتقاليد الاجتماعية (المشاركة. التعاون).				
٥	قصور النظرة الاجتماعية للنشاطات الكشفية تقلل من التحاق الجواله.				
٦	الافتقار إلى نوادي أو جمعيات كشفية في محافظتنا.				
٧	تهميش النشاطات الكشفية في المحافظة.				
٨	أصدقائي في الحي الغير منتمين للكشافة لهم تأثير علي.				

ثالثاً: سبل التغلب على معوقات النشاطات الكشفية:

يرجى التفضل بكتابة مقترحاتكم بشأن السبل الكفيلة للتغلب على معوقات النشاطات الكشفية:

١. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بالجهات المشرفة على النشاطات:

.....

.....

.....

.....

٢. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بقيادة الجواله:

.....

.....

.....



٣. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بالجوانب أنفسهم:

.....

.....

.....

.....

.....

٤. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بالأهل:

.....

.....

.....

.....

.....

٥. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بالنشاطات الكشفية ذاتها:

.....

.....

.....

.....

.....

٦. السبل الكفيلة للتغلب على المعوقات المتعلقة بالمجتمع المحلي:

.....

.....

.....

.....

.....



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

تأثير تمرينات التنفس العميق في تحسين نسبة الاوكسجين في الدم وإزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الاساسية

أ.د. مها محمد صالح الانصاري

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضية

Mahamsalansari@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي

ملخص البحث

لقد أدركت المجتمعات المتطورة أنَّ النشاط الرياضي أصبح ضرورة مهماً لكون الإنسان في العصر الحديث يحيا حياة خاملة نتيجة لقلّة النشاط الحركي وزيادة الأعباء الفكرية والضغوط النفسية. ولحاجة المرأة الماسة للمحافظة على صحتها وجب على المختصين في الصحة البدنية والنفسية الكشف عن كيفية أتباع الأساليب العلمية لمعالجة مثل هذه المشاكل وتكمن أهمية البحث في إعداد تمرينات التنفس على وفق اسس علمية حديثة لتحسين نسبة الاوكسجين في الدم وإزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية باعتبارهن مربيات الأجيال القادمة. وتكمن مشكلة البحث في عدم اهتمام المرأة بممارسة الانشطة الرياضية وتمرينات التنفس والتي تساعد بالمحافظة على صحتها العامة وصحة جهازها الحركي والتنفسي بصورة خاصة للقيام بأنشطتها اليومية دون مشاكل صحية أو حدوث ضغط نفسي لها. ومن خلال اهتمام الباحثة بهذه الشريحة من المجتمع واجراء المقابلات معهن تأكد للباحثة ضرورة أجراء خطوات البحث العلمي لمعالجة هذه المشكلة. بهدف تعرف تأثير تمرينات التنفس في تحسين نسبة الاوكسجين في الدم وإزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية.

The effect of breathing exercises in improving blood oxygenation and removing stress for students of the College of Basic Education

Prof. Dr. Maha Mohammed Saleh Al-Ansari

Mahamsalansari@gmail.com

Research Summary

Developed societies have realized that sports activity has become an important necessity for the fact that in the modern era



man leads a sedentary life as a result of the lack of motor activity and the increase in intellectual burdens and psychological pressures. and the urgent need for women to preserve their health. the specialists in physical and psychological health must disclose how to follow scientific methods to address such Problems The importance of research lies in preparing breathing exercises according to modern scientific foundations to improve blood oxygenation and remove psychological pressure for students of the College of Basic Education. as they are educators of future generations. The problem of the research lies in the lack of interest of women in practicing sports activities and breathing exercises. which help them to maintain their general health and the health of their locomotors and respiratory system. in particular. to carry out their daily activities without health problems or psychological pressure on them. Through the researcher's interest in this segment of society and the conduct of interviews with them. the researcher was assured of the necessity to conduct scientific research steps to address this problem. With the aim of identifying the effect of breathing exercises in improving blood oxygenation and removing stress for students of the College of Basic Education

١- التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعد صحة الفرد من أهم المسائل التي يركز عليها كل عمل سواء أكان عقلياً أم بدنياً. كانت وما زالت التمرينات ضرورية وحاجة أساسية لكل افراد المجتمع كونها تُشكل مسلك للصحة والنشاط وهي معنى مُغاير لقلة الحركة والخمول الذي بدوره يُؤدي الى فقدان جمالية الجسم ورشاقته وجعله عرضة للإصابة بالكثير من الامراض.

لقد أدركت المجتمعات المتطورة أنَّ النشاط الرياضي أصبح ضرورة مهماً لكون الإنسان في العصر الحديث يحيا حياة خاملة نتيجة لقلة النشاط الحركي وزيادة الأعباء



الفكرية والضغط النفسية . وسبب ذلك التقدم التكنولوجي الذي شمل جميع نواحي الحياة وبالتالي أدى إلى تحديد حركته وتهديد صحته العامة في جوانب مختلفة مما أدى بدوره إلى تعرضه لأمراض كثيرة وضعف المناعة ومقاومة الأمراض وزيادة الوزن... الخ . ولحاجة المرأة الماسة للمحافظة على صحتها أولاً ولعلاقتها الدقيقة بالجوانب الجمالية وجب على المختصين في التربية البدنية الكشف عن كيفية أتباع الأساليب العلمية لمعالجة مثل هذه المشاكل .

يعاني الكثير من النساء في العراق من محددات عدة تقلل من إمكانية ممارستها الأنشطة الرياضية التي تسهم في الحفاظ على صحتها بشكل عام. وبالتالي تزيد من المشاكل الصحية والاضطرابات الوظيفية والنحول مما ينعكس سلباً على الصحة العامة في حين تحاول بعض النساء أن تحافظ على صحتها لغرض القيام بأعمالها اليومية. إنّ الاهتمام بالتمارين البدنية يعد من أهم متطلبات الحياة الحديثة لكي ترتقي بالجانب الصحي والنفسي للمرأة.

لذا تكمن أهمية البحث في إعداد تمارين التنفس العميق على وفق اسس علمية حديثة لتحسين نسبة الاوكسجين في الدم وإزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية باعتبارهن مربيات الجيل القادم.

١-٢ مشكلة البحث

تكمن مشكلة البحث في عدم اهتمام النساء العراقيات بممارسة الانشطة الرياضية وتمرينات التنفس العميق والتي تساعد بالمحافظة على صحتها العامة وصحة جهازها الحركي والتنفسي بصورة خاصة للقيام بأنشطتها اليومية دون مشاكل صحية أو حدوث ضغوط نفسية لهن. ومن خلال اهتمام الباحثة بهذه الشريحة من المجتمع واجراء المقابلات معهن تأكد للباحثة ضرورة إجراء معالجات علمية بخطوات البحث العلمي لمعالجة هذه المشكلة.

١-٣ هدف البحث

١. التعرف تأثير تمارين التنفس العميق في تحسين نسبة الاوكسجين في الدم لطالبات كلية التربية الأساسية.
٢. التعرف تأثير تمارين التنفس العميق في إزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية.

١-٤ فرضا البحث



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

١. هناك تأثير ذات دلالة إحصائية لتمرينات التنفس العميق في تحسين نسبة الاوكسجين في الدم لطالبات كلية التربية الأساسية.
٢. هناك تأثير ذات دلالة إحصائية لتمرينات التنفس العميق في إزالة الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية.

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية جامعة ديالى

٢-٥-١ المجال الزمني: للمدة من (١ / ١٠ / ٢٠١٩) ولغاية (١ / ١٢ / ٢٠١٩).

٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة اللياقة البدنية في كلية التربية الأساسية جامعة ديالى.

٢-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي والذي يعرف بأنه "التغيير المتعمد والمضبوط للشروط المحددة لواقعة معينة. ومن ثم ملاحظة التغييرات الناتجة في هذه الواقعة ذاتها وكذلك تفسيرها"^(١). بأسلوب المجموعة التجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملائمته طبيعة البحث وأهدافه.

٢-٢ مجتمع البحث وعينه

إن نجاح الباحثة في اختيار العينة الصحيحة هو المفتاح السليم للوصول الى النتائج وإمكانية تعميمها على المجتمع المبحوث. وعليه فالعينة " هي الانموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليها أو هي جزء من مجتمع البحث الذي يتناوله الباحث بالبحث والتحليل بهدف تعميم النتائج التي يحصل عليها على المجتمع الذي سحبت منه العينة"^(٢).

(١) عامر إبراهيم قنديلجي؛ منهجية البحث العلمي ، ط ١ : (عمان ، دار اليازوري العلمية للنشر ، ٢٠١٢) ص ١٤٨ .

(٢) محسن علي وسلمان الحاج عكاب ؛ ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية . ط ١ : (عمان . مكتبة المجتمع العربي للنشر . ٢٠١٣) . ص ٣٣ .



اما مجتمع البحث فتمثل بطالبات كلية التربية الأساسية-جامعة ديالى. اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية من طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثانية والثالثة والبالغ عددهن (٢٠ طالبة).

٣-٢ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

١-٣-٢ وسائل جمع المعلومات

- المصادر العلمية العربية والأجنبية
 - الملاحظة والتجريب.
 - المقابلات الشخصية.
 - شبكة المعلومات العالمية (الانترنت)
 - الاختبار والقياس
 - استمارات تسجيل البيانات وتفرغها
- ### ٢-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

- تمرينات التنفس العميق
 - جهاز أوكس ميطر لقياس نسبة الاوكسجين في الدم عدد ٢٠
 - اختبار لفنستاين (Levenstein) لقياس الضغط النفسي
- ### ٢-٤ تمرينات التنفس العميق^(١٤):

إنّ العديد من المشاكل الصحيّة أو النفسيّة التي تواجه الشخص لا تحتاج إلى العلاج الطبيّ أو حتّى مراجعة الطبيب. فغالبيتها تحتاج إلى العناية من قبل الشخص نفسه. فعلى سبيل المثال تُعتبر تمارين التنفس العميق من أفضل التقنيّات لحل الكثير من المشاكل النفسيّة والجسديّة. بسبب قدرتها على إعطاء الشخص الشعور بالاسترخاء والراحة. ولكن عليه أولاً معرفة الطّرق الصحيحة للقيام بها للحصول على أفضل النتائج. والحصول على جسم صحي ومتوازن. ومنها ما يلي:

التنفس من البطن يتم القيام بهذا التمرين عن طريق الجلوس أو الوقوف حسب رغبة الشخص مع وضع إحدى اليدين على البطن واليد الأخرى على الصدر. ثم أخذ

(1) https://mawdoo3.com/%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D9%86_%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%86%D9%81%D8%B3_%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%85%D9%8A%D9%82
كتابة أريج الشيشاني - آخر تحديث: ١٤:٠٨ . ١٧ يناير ٢٠١٦



نفس عميق من الأنف حتّى يتمدد الصدر ويمتلأ بقدر كافٍ من الهواء. وحسبه طويلاً أو لفترة تُقدّر بعشر ثوانٍ. وبعدها إخراجها في عملية الزفير من الفم. وتكرار العملية ثلاثين مرّة على الأقل أو لعشر دقائق كاملة. ويُنصح بالاستمرار بهذا التمرين لمُدّة ستة أسابيع على الأقل للحصول على أفضل النتائج وللاستفادة منه بقدر الإمكان

الاسترخاء التدريجي الوقوف باستقامة مع إغماض العينين. والتركيز على إرخاء كُل عضلة من عضلات الجسد. بدءاً من الأقدام وحتّى الوصول إلى الرأس. وفي هذه الأثناء أخذ نفس عميق من الأنف وحسبه لمُدّة عشر ثوانٍ على الأقل. ثمَّ إخراجها عن طريق عملية الزفير من الفم. وتكرار هذا التمرين عدّة مرّات أو حتّى يبدأ الشخص بالشعور بالراحة التامة والاسترخاء

تنفس اليوغا الاسترخائي يتم القيام بهذا النوع عن طريق مُمارسة بعض تمارين اليوغا الاسترخائية. وهي تمارينٌ تعتمدُ بشكلٍ كبير على إرخاء عضلات الجسد والجلوس بوضعية مُريحة مع التنفّس بعمق لمُدّة نصف ساعة على الأقل. ويُفضّل أن تكون وضعية الجلوس القرفصاء

فوائد تمارين التنفس العميق^(١): هناك فوائد جمة لممارسة تمارين التنفس العميق ومنها ما يلي: إزالة السموم وطردها من الجسد إنّ الجسد مُصمّمٌ للتخلّص من نسبة ٧٠% من سمومه عن طريق عملية التنفس. فعند زفير الهواء يقوم الجسد بإخراج ثاني أكسيد الكربون. وإذا لم يُقم الشخص بالتنفّس بالطريقة الصحيحة لن يستطيع التخلص من هذه السموم بشكلٍ فعّال. ممّا قد يؤدي لظهور بعض المشاكل الصحيّة لديه نتيجةً للضغط على أنظمة الجسد الأخرى. ولاحتماس هذه السموم

التخلّص من التوتر عندما يكون الشخص مُتوتراً يقوم بالضغط على جسده. فيشعر بالغضب والقلق والخوف بنفس الوقت. ممّا يجعل ضربات قلبه تتسارع. لذلك من الجيّد مُمارسة تمارين التنفس بعمق للاسترخاء وللحصول على أكبر قدر مُمكن من الراحة. ولتنظيم ضربات القلب. وللتخلّص من الشعور بالغضب والخوف والقلق. ممّا يُساعد بتخفيف التوتر بشكلٍ ملحوظ

الصحة-و-العافية/التنفس-العميق-اكتشف-٧-فوائد-رائعة-للتنفس <https://lakalafya.com> (1)



تخفيف المشاكل العاطفية ومن فوائد تمارين التنفس بعمق هو المساعدة على التخلص من المشاعر المضطربة. واستبدالها بالراحة والاسترخاء. ونبذ مشاعر الحزن والاكتئاب

٢-٥ جهاز الاوكس ميتر قيد البحث^(١٦):



جهاز قياس النبض والاكسجين بالدم OXIMETER هو جهاز محمول يعتمد تقنية متقدمة. فهو يقوم بالتحقق من مستوى تشبع الدم بالأكسجين ومعدل ضربات القلب من خلال الأصابع بشكل فوري. مما يوفر وسائل علمية متقدمة وغير جراحية لتحديد قياس تشبع الأكسجين. يتميز الجهاز بأنه صغير الحجم خفيف الوزن وسهل الاستخدام

ومناسب للقياس اليومي في كل مكان وفي والمستشفيات. حيث يجب أن يكون مستوى الأوكسجين في الدم أعلى من ٩٥%. ينخفض المستوى في حال وجود أمراض في الجهاز التنفسي أو عيب خلقي في القلب. والجهاز مزود بشاشة مضيئة ودرجة سطوعها قابلة للتعديل بخاصية العرض الرقمي إل إي دي مع مؤشر انخفاض البطارية.

كيفية استخدام جهاز الاوكس ميتر^(١٧):

١. حدد إن كنت تحتاج قراءة واحدة أم إلى متابعة مستمرة للقراءات. يجب عليك إزالة المجس بعد كل اختبار في حال احتياجك للمتابعة المستمرة للقراءات.
٢. أزل أي شيء من شأنه وأن يمتص الضوء من مكان القياس. على سبيل المثال. إذا كنت تخطط لقياس التأكسج من خلال إصبعك. سيكون من المهم إزالة أي شيء يقوم بامتصاص الضوء مثل الدم المجفف أو طلاء الأظافر من عليه. لتجنب القراءات المنخفضة الخاطئة

٣. تأكد من تدفئة مكان وضع المجس. يسبب البرد ضعف التروية أو تدفق الدم مما يؤدي إلى قراءة خاطئة لقياس التأكسج. تأكد أن الأصبع أو الأذن أو الجبهة في نفس درجة حرارة الغرفة أو أدفأ قليلاً قبل البدء في القياس

(٢) <http://www.patient.info/doctor/pulse-oximetry>.

(1) https://ar.wikipedia.org/wiki/النبضي_قياس_التأكسج



٤. يجب عزل كل مصادر التداخل البيئي. من شأن المستويات العالية من الضوء (كالأضواء العلوية وأضواء العلاج الطبيعي وأجهزة الأشعة تحت الحمراء) أن تضلل مستشعر الضوء في المجس. وبالتالي إعطائك قراءة غير دقيقة. يمكن إعادة تشغيل المستشعر عن طريق تغطيته بمنشفة أو بطانية

٥. أغسل يديك. يقلل غسل اليدين من انتقال الميكروبات والإفرازات الجسدية.

٦. تحقق من المجسات. عادة ما يتم وضع عداد النبض على الإصبع أولاً ثم تشغيل المقياس

٧. الحدّ من الحركة قدر الإمكان. الحركة المفرطة من أكثر الأسباب شيوعاً للقراءات غير الدقيقة لمقياس التأكسج. إلا أن هناك طريقة واحدة للتأكد أن الحركة لا تؤثر على القراءة. وهي قياس معدل ضربات القلب ومطابقته مع معدل ضربات عند قياسها يدوياً. بحيث يجب أن يكون الفرق بين المعدلين خمس نبضات في الدقيقة

٨. قراءة القياس. يتم عرض مستوى تشبع الأكسجين ومعدل النبض الخاص بك خلال ثوان على شاشة عرض مضاءة. ويعتبر المعدل من ٩٥% إلى ١٠٠% معدلاً طبيعياً. إلا أنه في حالة انخفاض مستوى الأكسجين الخاص بك عن ٨٥% يتعين عليك الحصول على العناية الطبية

٩. تابع تسجيل القراءات. قم بطباعة القراءات و/أو قم بتنزيلها على جهاز الكمبيوتر إذا كان الجهاز يدعم هذه الخاصية

١٠. إصلاح أي خلل في القراءات. إذا كنت تعتقد أن مقياس التأكسج قد أعطاك قراءة غير دقيقة أو غير مؤكدة. فاتبع التالي:

• تأكد من عدم وجود أي خلل أو اعتراض قد يؤثر على الجهاز (سواء أكان بيئياً أو على مكان المجس)

• قم بفرك الجلد وتدفنته

• استخدم موسع للأوعية يساعد على فتح الأوعية الدموية (مثل كريم غليسريل التنترات)

• حاول تغيير مكان المجس

• حاول تغيير المجس أو مقياس التأكسج نفسه

• إن كنت لا زلت غير متأكد من أن مقياس التأكسج يعمل بشكل صحيح. قم باستشارة الطبيب

٢-٦ مقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي قيد البحث:



أعد هذا المقياس من طرف الباحث لفنستاين وآخرين (al et Levenstein سنة ١٩٩٣) بهدف قياس مؤشر الضغط النفسي. يتكون هذا الاختبار من ٣٠ عبارة تميز منها بنود مباشرة وبنود غير مباشرة

البنود المباشرة: تمثل ٢٢ عبارة. وتتمثل في العبارات رقم ٢-٣-٤-٥-٦-٨-٩-١١-١٢-١٤-١٥-١٦-١٨-١٩-٢٠-٢٢-٢٣-٢٤-٢٦-٢٧-٢٨-٣٠. وتدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالقبول اتجاه أي موقف يعرض الإنسان للضغط النفسي. وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها المفحوص بالرفض

البنود الغير مباشرة: تمثل ٨ عبارات. وتتمثل في العبارات رقم: ١-٧-١٠-١٣-١٧-٢١-٢٥-٢٩. وتدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالرفض اتجاه الموقف وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها المفحوص بالقبول

وإن كيفية تصحيح وتنقيط عبارات الاختبار يتم التدرج فيها من ١ إلى ٤ نقاط وهذه الدرجات تتغير حسب نوع البنود. فالبنود المباشرة تنقط من ١ إلى ٤ من اليمين (تقريباً أبداً) إلى اليسار (عادة) وبحسب ما مبين في الجدول (١). أنظر ملحق (١)

الجدول (١)

يوضح طريقة تصحيح مقياس الضغوط النفسية.

الدرجة	الإجابة	البنود	العبارات
١	تقريباً أبداً	٢-٣-٤-٥-٦-٨-٩-١١-١٢-١٤-١٥-١٦-١٨-١٩-٢٠-٢٢-٢٣-٢٤-٢٦-٢٧-٢٨-٣٠	العبارات المباشرة
٢	أحياناً		
٣	كثيراً		
٤	عادة		
٤	تقريباً أبداً	١-٧-١٠-١٣-١٧-٢١-٢٥-٢٩	العبارات غير المباشرة
٣	أحياناً		
١	كثيراً		
٢	عادة		



٧-٢ التجربة الاستطلاعية:

ان التجربة الاستطلاعية من الوسائل المهمة قبل تنفيذ البحوث في مختلف الاختصاصات. فهي استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها وهي الكشف عن الحلقات الغامضة وهي دراسة تجريبية أولية مصغرة تدريبية لتتقيد الإجراءات الميدانية قبل الخوض في جميع المعلومات وتعد من الوسائل المهمة والضرورية جدا في تنفيذ البحوث إذ قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية على ٣ طالبات من خارج عينة البحث في قاعة اللياقة البدنية في كلية التربية الأساسية جامعة ديالى وذلك يوم الثلاثاء المصادف ٨ / ١٠ / ٢٠١٩ صباحاً. وتمكنت الباحثة ان تلاحظ ان هناك بعض الامور الخاصة بالتمرينات من النواحي الميكانيكية لا تلائم العينة. وعليه قامت الباحثة بإعادة النظر في هذه التمرينات واعادة صياغتها بطريقة تلائم العينة. اما بالنسبة لمقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي و جهاز قياس النبض والاكسجين بالدم فقد طبقته الباحثة وكان اختبار جيد سهل التطبيق

٨-٢ الاختبارات القبلية

تم اجراء الاختبارات القبلية في يوم الثلاثاء (٢٠١٩/١٠/١٥) في قاعة اللياقة البدنية وذلك من خلال شرح تفاصيل الاختبارات لعينة البحث البالغة (٢٠) طالبة وكيفية أدائها أذ تم توزيع الاستمارات الخاصة بمقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي عليهن وبعد الانتهاء من ملئ الاستمارات قيد البحث تم توزيع جهاز قياس النبض والاكسجين بالدم عليهن أيضا ثم قام فريق العمل المساعد بتسجيل البيانات من خلال قراءة نسبة الاوكسجين في الدم من خلال الأجهزة قيد البحث والمثبتة على أصابع اعينة البحث. وان الوقت المستغرق لإتمام الاختبارات القبلية ساعتان فقط

٩-٢ التجربة الرئيسية

من أجل اتباع السياق العلمي السليم للتوصل الى أدق النتائج لحل مشكلة البحث ومن أجل تحقيق أهدافه وبالاتماد على مقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي و جهاز قياس النبض والاكسجين بالدم والتي افرزتها الاختبارات القبلية. أعدت الباحثة مجموعة من تمرينات التنفس العميق بهدف تقليل الضغط النفسي وتحسين نسبة الاوكسجين بالدم لعينة البحث وقد طبقت الباحثة هذه التمرينات على العينة بعد يوم واحد من الاختبارات القبلية أي يوم الاربعاء الموافق ١٦/١٠/٢٠١٩ ولمدة شهر واحد فقط



وبواقع ٣ وحدات في الأسبوع . وقد اعتمدت الباحثة في وضع هذه التمرينات على خبرتها الشخصية كونها واستاذ وتخصص في اللياقة البدنية وحاصلة على شهادة تدريبية تأهيلية في الطب الرياضي . وتم مراعيةً الاسس العلمية في إعداد هذه التمرينات بصورتها النهائية لغرض تطبيقها على عينة البحث. اذ اعدت الباحثة هذه التمرينات وفقاً لما يأتي: -

- ١ - مراعاة مبدأ التنوع في أداء التمرينات حتى لا تشعر العينة بالملل
 - ٢ - اتباع مبدأ التدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب
 - ٣ - مراعاة الحالة الصحية للمشاركات
 - ٤ - مراعاة مبدأ التكرار في التمرينات.
 - ٥ - مراعاة الجانب النفسي من خلال التمرينات الايقاعية لأثارة التشويق.
 - ٦ - استخدام الادوات المساعدة في الوحدات التدريبية.
- وتم الانتهاء من التجربة الرئيسية في يوم الاحد الموافق (٢٠١٩/١١/١٧) على وبلغ عدد الوحدات التدريبية (١٢) وحدة وعدد التمرينات ٢٠ تمريناً. واستغرق زمن كل وحدة تدريبية (٣٠) دقيقة.
- ٢-١٠ الاختبارات البعيدة:

بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات تم إجراء الاختبارات البعيدة لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/١١/١٨ مع مراعاة توفير نفس الظروف الزمانية والمكانية والوسائل التي استخدمت في الاختبارات القبلية.

- ٢-١١ الوسائل الإحصائية
- استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات ومن خلالها تم استخدام القوانين التالية: -
- الوسط الحسابي
 - الانحراف المعياري
 - اختبار (t) للعينات المستقلة
- ٣ - عرض النتائج ومناقشتها: -

قامت الباحثة بعرض النتائج التي توصلت اليها ومناقشتها للتعرف على مستوى الضغط النفسي ونسبة الاوكسيجين في الدم لعينة البحث. اذ تم تحليل النتائج في ضوء



القوانين الاحصائية المستخدمة بالبحث والمناسبة لهذه البيانات لكي يتم التحقق من فرضيتا البحث في ضوء الاجراءات الميدانية والتطبيقية التي استخدمتها الباحثة للتوصل الى هذه البيانات ومن ثم مناقشتها وفق المراجع العلمية.

١-٣ عرض نتائج مقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي و قياس الاوكسجين بالدم للعينة قيد البحث.

لغرض معرفة الفروق بين الاوساط لمقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي و جهاز قياس النبض والاوكسجين بالدم في الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث ومعرفة انحراف الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق استخدمت الباحثة القوانين الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات واستخراج النسب المطلوبة وبحسب ما مبين في الجدول (٢).

جدول (٢)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الأوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في الضغط النفسي ونسبة الاوكسجين في الدم.

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س-ف	ع	ت المحسوبة	ت الجدولية	دلالة الفروق
		ع	س-	ع	س-					
١	الضغط النفسي	٩٧,٠٥	٦,٤	٧٤,٠٥	٤,٣	٥,٣	٢,٤٢	٧,٥٧	٢,٠٩	معنوي
٢	نسبة الاوكسجين في الدم	٩٥	٤,٣	٩٩	١,٢	٠,٥٩	٠,٤٠	٤,٦٥		معنوي

عند درجة حرية ١٩ ومستوى دلالة ٠,٠٥

٢-٣ مناقشة نتائج مقياس لفنستين (Levenstein) للضغط النفسي و قياس الاوكسجين بالدم للعينة قيد البحث.

يبين الجدول (٢) أنَّ قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي لعينة البحث في مقياس الضغط النفسي كان أعلى من قيمته في الاختبار البعدي. اذ تبين ان قيمة (t) المحسوبة لمتغير الضغط النفسي للعينة قيد البحث كانت اعلى من ت الجدولية أي أن



الفروق كانت ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ودليل على انخفاض الضغط النفسي عند عينة البحث.

وتعزو الباحثة اسباب تلك الفروق الى ان تمارينات التنفس العميق التي أعدتها بشكل علمي دقيق واعتمدتها داخل إطار الوحدة التدريبية وعلى طول فترة تنفيذ التجربة الرئيسية على عينة البحث. مع التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة وبشكل دقيق يتناسب مع قدرات الطالبات في هذه المرحلة والتوجيهات المستمرة من الباحثة في تحفيز العينة في تنفيذ هذه التمارينات مع العمل على تصحيح الأخطاء عن طريق الإعادة بالتكرارات المبرمجة الموضوعة أصلاً في الوحدة لتنفيذها من قبل العينة ساهمت تأثيراتها الايجابية في تخفيض الضغط النفسي.

وبين الجدول (٢) أيضاً أنّ قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي لعينة البحث في نسبة الاوكسجين في الدم كانت أقل من قيمتها في الاختبار البعدي. اذ تبين ان قيمة (t) المحسوبة لمتغير الضغط النفسي للعينة قيد البحث كانت اعلى من ت الجدولية أي أن الفروق كانت ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ودليل على ارتفاع نسبة الاوكسجين في الدم عند عينة البحث.

وهذا ما أكدّه أيضاً (**Guillermo Seijas . Ricardo Cánovas**) .
(٢٠١٦) بأن: التمارين الهوائية أو تمارين التنفس العميق لا تؤدي فقط إلى إطالة الحياة . إذ تظل كافة أنظمة الجسم وأجهزته تعمل بصورة جيدة تكفي لجعل الحياة أكثر متعة بدلاً من كونها مصدر ألم وعذاب . وهناك دلائل على أن الأشخاص الذين يتمتعون بلياقة بدنية يقومون من إصاباتهم بسرعة أكبر . ويتعرضون بدرجة أقل للإصابة . ولا يفقدون صحتهم بسهولة . وقليلًا ما يشكون من التعب أو يعانون من نوبات الاكتئاب والضغط النفسي^(١) .

وهذا ما أكدّه أيضاً (**Thorsten Gehrke** . ٢٠٠٩) بأن " ممارسة تمارين التنفس العميق بانتظام لها دور كبير في الحفاظ على صحة أعضاء الجسم المختلفة

(1) Guillermo Seijas , Ricardo Cánovas ; anatomie und sport - bundle , (German , Meyer , 2016) , p54 .

(2) Thorsten Gehrke ; Sportanatomie , (German , Nikol , 2009) , p32 .



وتعزيزها. فهي ذات تأثير داخلي يتفوق على تأثيرها الخارجي بمراحل. إذ تعزز من صحة القلب والشرابين وعمل الرئتين . وأظهرت الدراسات كذلك أهمية هذه التمارين في الوقاية من حدوث الامراض النفسية والتنفسية^(٢). ومما تقدم تم التحقق من هدفا وفرضا البحث.

4- الاستنتاجات والتوصيات

٤-١ الاستنتاجات:

استناداً الى ما اسفرت عنه نتائج البحث توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الآتية:-

١. ان لتمرينات التنفس العميق تأثير كبير في خفض مستوى الضغط النفسي لطالبات كلية التربية الأساسية.
٢. ان لتمرينات التنفس العميق تأثير واضح وايجابي في رفع نسبة الاوكسجين في الدم لطالبات كلية التربية الأساسية.
٣. ان للتمرينات قيد البحث مميزات أداء ميكانيكي خاص يستوجب تنفيذها بشكل دقيق لتحقيق أعلى استفادة منها.
٤. ملائمة التمرينات قيد البحث مع قابليات وقدرات الطالبات اللواتي مارسن هذه التمرينات وقد تحقق ذلك من خلال تأثيرها الايجابي على متغيرات البحث.
٥. أن تمرينات التنفس العميق لا تحتاج عند أدائها إلى معدات أو أدوات أو مساحات واسعة.

5-2 التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة توصي بما يأتي:

١. اعتماد تمرينات التنفس العميق لتقليل الضغط النفسي وزياد نسبة الاوكسجين بالدم كإحدى دعائم اللياقة البدنية والصحية لطالبات كلية التربية الأساسية.
٢. ضرورة اهتمام المرأة بممارسة الانشطة الرياضية وتوعيتها بأهمية الرياضة لها وما تجنيه من فوائد كثيرة صحية ونفسية وجمالية واجتماعية تجنباً لحدوث إي إصابة مرضية أو نفسية.



٣. يجب ممارسة تمارين التنفس العميق بشكل منتظم مدة لا تقل عن (٣٠) دقيقة على الأقل لما لذلك من آثار ايجابية في الصحة العامة وبالتالي الشعور بالنشاط والحيوية. والتطرق لها ببحوث علمية وعلى فئات عمرية أخرى ولكلا الجنسين.
٤. من الضروري ان تعتمد المؤسسات والدوائر المختلفة لتخصيص بعض من وقت الدوام الرسمي لمنتسبيها من كلا الجنسين لأداء تمارين التنفس العميق كنشاط رياضية في سبيل الخروج من روتين العمل اليومي والتخلص من الضغط النفسي وزيادة نسبة الاوكسجين في الدم لديهم لما لذلك من مردودات ايجابية على سير المجهود اليومي والحياة العامة والخاصة لهم.
٥. تأكيد وسائل الاعلام والمعنون بالبرامج الصحية للاهتمام ببرامج اللياقة البدنية وتوعية المجتمع لما لتمرينات التنفس العميق من أهمية كبيرة في انشاء مجتمع صحي خالٍ من الضغط النفسي أو نقص الأوكسجين في الدم.

المصادر

- عامر إبراهيم قنديلجي؛ منهجية البحث العلمي . ط ١ : (عمان . دار اليازوري العلمية للنشر . ٢٠١٢).
- محسن علي وسلمان الحاج عكاب ؛ ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية . ط ١ : (عمان . مكتبة المجتمع العربي للنشر . ٢٠١٣).

-Guillermo Seijas . Ricardo Cánovas ; anatomie und sport - bundle . (German . Meyer . 2016).

-[http://www.patient.info/doctor/pulse-](http://www.patient.info/doctor/pulse-oximetry)

oximetry.B9%D9%85%D9%8A%D9%82 آخر كتاب أريج الشيشاني -
تحديث: ٠٨:١٤ . ١٧ يناير ٢٠١٦

-https://ar.wikipedia.org/wiki/قياس_التأكسج_النبضي

الصحة-و-العافية/التنفس-العميق-اكتشف-٧-فوائد-
رائعة للتنفس

https://mawdoo3.com/%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D9%86_%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%86%D9%81%D8%B3_%D8%A7%D9%84%D8%



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٣-٢٤/٢٠٢٠)

Thorsten Gehrke ; Sportanatomie . (German . Nikol . 2009)

ملحق (١)

مقياس الضغط النفسي Q-S-P

الاسم:

السن:

الجنس:

الحالة الاجتماعية:

التعليمات:

في كل عبارة من العبارات التالية ضعي علامة (×) في الدائرة التي تصف ما ينطبق عليك
عموما وذلك خلال سنة أو سنتين الماضيتين. اجيبي بسرعة دون أن تزجي نفسك بالمراجعة.
واحرصي على وصف مسار حياتك خلال هذه المدة.

العبارة	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	عادة
١- تشعر بالراحة				
٢- تشعر بمتطلبات كثيرة لديك				
٣- أنك سريع الغضب				
٤- لديك أشياء كثيرة للقيام بها				
٥- تشعر بالوحدة أو العزلة				
٦- تجد نفسك في مواقف صراعية				
٧- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا				
٨- تشعر بالتعب				
٩- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الامور لبلوغ أهدافك				
١٠- تشعر بالهدوء				
١١- لديك عدة قرارات لاتخاذها				
١٢- تشعر بالإحباط				
١٣- أنت مليء بالحيوية				
١٤- تشعر بالتوتر				
١٥- تبدو مشاكلك أنها تتراكم				
١٦- تشعر أنك في عجلة من أمرك				
١٧- تشعر بالأمن والحماية				
١٨- لديك عدة مخاوف				
١٩- أنت تحت ضغط مقارنة بالآخرين				
٢٠- تشعر بفقدان العزيمة				



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

				٢١- تمتع نفسك
				٢٢- أنت خائف من المستقبل
				٢٣- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها وليس لأنك تريدها
				٢٤- تشعر بأنك موضع انتقاد وحكم
				٢٥- أنت شخص خال من الهموم
				٢٦- تشعر بإنهاك وتعب فكري
				٢٧- لديك صعوبة في الاسترخاء
				٢٨- تشعر بعبء المسؤولية
				٢٩- لديك الوقت الكافي لنفسك
				٣٠- تشعر أنك تحت ضغط مميت



تأثير تمرينات ملاكمة ترويحية في تخفيض التوترات النفسية

لدى طلبة كلية التربية الأساسية

أ.م.د. احمد شاكر محمود

جامعة ديالى – كلية التربية الاساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

drahmed.alobaidy75@gmail.com

الكلمات المفتاحية: التوترات النفسية

الملخص

كانت مشكلة البحث :

نظرا لقلة المحاولات الخاصة باستخدام التمرينات الترويحوية الخاصة بالفنون القتالية وبالذات لعبة الملاكمة على اعتبار انها الأعنف فيما بينها والاكتفاء ببعض تمارين اليوكا او المهدئات في خفض التوترات النفسية لدى الطلبة وكذلك ندرة اجراء دراسات او بحوث تتناول تمرينات مختلفة او متنوعة لمعرفة الأنسب منها للطلبة وذلك من خلال النتائج الإيجابية او السلبية . ومن هذه التمرينات المنتقاة لاجراء هذه الدراسة تمرينات الملاكمة الترويحوية فهي تمرينات تمتاز بقدرتها على تفريغ ما يختلج به داخل الفرد من انفعالات مختلفة مثل التوتر والقلق . فكان على الباحث اتخاذ الخطوات اللازمة لدراسة هذه التمرينات ومعرفة تأثيرها من خلال تمرينات مقترحة ومعدة في عملية تخفيض التوترات النفسية لدى هؤلاء الطلبة .

اما اهداف البحث

- ١ - اعداد تمرينات ملاكمة ترويحوية .
- ٢ - معرفة تأثير تمرينات الملاكمة الترويحوية في تخفيض التوترات النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
- ١ - ٤ فرض البحث :



١ - هناك تأثير ذو دلالة إحصائية لتمرينات الملاكمة الترويحية في تخفيض التوترات النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

و استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة اجراءات البحث .

و عينة البحث كانت من طلبة كلية التربية الأساسية جامعة ديالى حيث كانت مشكلة البحث متجلية عندهم وبواقع ١٢ فرد ولعمر ١٩ سنة .

استخدم الباحث اختبار مستوى القلق والتوتر

تحديدا استمارة قياس مظاهر التوتر والقلق لمعرفة مستوى مظاهر التوتر والقلق لدى الطلبة لدى عينة البحث .

اعداد تمرينات الملاكمة الترويحية حيث قام الباحث باعداد تمرينات ملاكمة ترويحية لاستخدامها في تخفيض مظاهر التوتر والقلق لدى الطلبة مع مراعاة القواعد والاسس الخاصة بهذه التمارين من حيث تدرجها بالشدة وملائمتها للطلبة وتراوحت هذه التمرينات ضمن مدى الشدة المتوسطة لأهمية ذلك من ناحية تجنب المشاكل والاصابات البدنية والنفسية

اهم الاستنتاجات كانت

١ - ان لتمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة تأثير إيجابي في تخفيض التوترات والقلق لدى افراد العينة .

٢ - ان لتمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة ذات دور فعال في خفض مظاهر التوتر والقلق لدى افراد العينة وان مفردات المنهج حققت الاسترخاء النفسي والجسمي لهم من خلال هذه التمرينات وتم رفع الروح المعنوية لديهم من خلال نجاحهم في أداء مفردات التمرينات وما تحويه من جوانب بدنية أسهمت في زيادة ثقتهم بنفسهم .

٣ - ان وسائل لعبة الملاكمة كاكياس اللكم وقفازات الملاكمة التي تميزت فيها تمرينات الملاكمة الترويحية وفرت للعينة ما يحقق رغباتهم ويكون لهم متنفسا يعبرون فيه عن مشاعرهم العميقة واحساسهم المكبوت الذي يخرج منهم عل شكل لا مبالاة في أداء الواجبات اليومية والامتحانات .

اهم التوصيات كانت



- ١ – اجراء مثل هذه البحوث على عينة من طلبة المدارس الثانوية .
- ٢ – اجراء مثل هذه البحوث على طلبة الدراسات العليا لمعرفة تأثيره عليهم كون دراساتهم اكثر صعوبة .
- ٣ - اجراء مثل هذه البحوث على طلبة كليات المجموعات الطبية والهندسية لمعرفة تأثيره عليهم كون دراساتهم اكثر صعوبة .
- ٤ – محاولة اجراء دراسات تاهيلية نفسية أخرى للطلبة ذوي المستوى الدراسي المنخفض لتطوير الحالة النفسية والبدنية لديهم وبالتالي تطوير مستواهم الدراسي .

**The effect of recreational boxing exercises in reducing
psychological tensions among students of the College of Basic
Education
researcher**

**As.P. D. Ahmed Shaker Mahmoud
College of Basic Education. Diyala University**

Abstract:

The research problem was:

Due to the lack of attempts to use martial arts recreational exercises. especially the boxing game. considering that it is the most violent among them. and some yucca exercises or sedatives in reducing students' psychological tensions. as well as the scarcity of conducting studies or research dealing with different or various exercises to find the most appropriate ones for students through the results Positive or negative. Recreational boxing exercises are among the exercises selected for the conduct of this study. as they are exercises that are distinguished by their ability to empty the various emotions that occur within the individual. such as tension and anxiety. These students.

As for the research objectives:



- 1 - Preparing recreational boxing exercises.
- 2 - Knowing the effect of recreational boxing exercises in reducing psychological tensions among students of the College of Basic Education.

1-4 Imposing research:

- 1 - There is a statistically significant effect of recreational boxing exercises in reducing psychological tensions among students of the College of Basic Education.

The researcher used the experimental method for its convenience with the nature of the research procedures.

And the research sample was from students of the Faculty of Basic Education. Diyala University. where the research problem was evident in them by 12 individuals and 19 years old.

The researcher used the anxiety and stress level test

Specifically. a form for measuring the manifestations of stress and anxiety in order to know the level of the manifestations of stress and anxiety among the students for the research sample.

Preparing recreational boxing exercises. where the researcher prepared recreational boxing exercises to be used in reducing the manifestations of tension and anxiety of students. taking into account the rules and principles of these exercises in terms of their intensity and suitability for students.

The most important conclusions were

- 1 - That the suggested recreational boxing exercises have a positive effect on reducing tension and anxiety among the sample members.
- 2 - That the proposed recreational boxing exercises have an effective role in reducing the manifestations of tension and anxiety among the sample members and that the curriculum vocabulary achieved psychological and physical relaxation for them through



these exercises and their morale was raised through their success in performing the exercise vocabulary and the physical aspects it contained that contributed to the increase Their self-confidence.

3 - The means of the boxing game. such as punching bags and boxing gloves. in which the recreational boxing exercises were distinguished. provided the sample with what fulfills their desires and provided them with an outlet in which to express their deep feelings and pent-up feelings that come out of them in the form of indifference in the performance of daily duties and exams.

The most important recommendations were

- 1- Conducting such research on a sample of high school students.
- 2 - Conducting such research on postgraduate students to know its effect on them because their studies are more difficult.
- 3 - Conducting such research on students of the colleges of the medical and engineering groups to know its effect on them since their studies are more difficult.
- 4 - Attempting to conduct other psychological rehabilitation studies for students with a low academic level to develop their psychological and physical condition and thus develop their academic level.

١ – ١ المقدمة وأهمية البحث

انطلاقاً من مبدأ الأخذ بعلوم التربية الرياضية والتي تعنى بصحة الإنسان وسلامته البدنية. استخدم العلماء والمختصون والباحثون في المجال الرياضي والنفسي والطبي على حد سواء بعض الحركات أو التمارين المعدة لتهيئة وتطوير الفرد من



الناحية البدنية والنفسية والذهنية. في التخلص من الألم المزمن والإحساس بالتعب النفسي والعصبي للفرد المصاب أو المريض. وتطعيم وسائل إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بها. لنيل أفضل مستوى صحي ونفسي لهم دون استخدام المزيد من العلاجات والأدوية الطبية الكيماوية المعدة لهذا الغرض. إذ إن هنالك كثير من إشارات العلماء والأطباء إلى أن الرياضة وسيلة وقائية وعلاجية تنتفع منها جميع الفئات على السواء فقد أشار الطبيب تيسوا - في بداية القرن التاسع عشر: "إن الحركة نفسها يمكن أن تكون بديل للدواء في كثير من الحالات . ولكن كل الأدوية ووسائل العلاج مجتمعة لا تستطع أن تعوض تأثير الحركة."^(١)

إن الوظيفة الرئيسية للمتخصصين في علم النفس الرياضي هي توفير الوسائل الصحيحة التي تساعد في تطوير النشاطات البدنية للأشخاص الضعفاء والمتوترون من خلال تقوية حالاتهم الصحية و النفسية. ولابد للباحثين في هذا المجال أن يلتفتوا إلى السلامة النفسية لمثل هؤلاء المرضى.

واقترء بما تقدم حاول الباحث استخدام مجموعة من تمارينات الملاكمة الترويحية المعتدلة لخفض مظاهر التوتر والقلق والذي سببه المباشر هو كثرة الامتحانات والواجبات الصفية وسعى الباحث في تخفيض هذه المظاهر و تحقيق المستويات الطبيعي للحالة النفسية لدى هؤلاء الطلبة وتحسين حالتهم النفسية بالاعتماد على النشاط البدني.

وتكمن أهمية البحث في توظيف تمارينات الملاكمة الترويحية لخفض مظاهر التوتر والقلق ومعرفة تأثير هذه التمارينات من خلال تطبيق إجراءات الدراسة على عينة من طلبة كلية التربية الأساسية جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠١٩ وبعمر ١٩ سنة .

١ - ٢ مشكلة البحث

نظرا لقلة المحاولات الخاصة باستخدام التمارينات الترويحية الخاصة بالفنون القتالية وبالذات لعبة الملاكمة على اعتبار انها الأعنف فيما بينها والاكتفاء ببعض

^(١) عبد الجواد محمد طه : الرياضة للجميع: بحث منشور (الرئاسة العامة لرعاية الشباب لقسم التربية الرياضية-جامعة الملك .الرياض ١٩٩٥)ص٨



تمارين اليوكا او المهدئات في خفض التوترات النفسية لدى الطلبة وكذلك ندرة اجراء دراسات او بحوث تتناول تمرينات مختلفة او متنوعة لمعرفة الأنسب منها للطلبة وذلك من خلال النتائج الإيجابية او السلبية . ومن هذه التمرينات المنتقاة لاجراء هذه الدراسة تمرينات الملاكمة الترويحية فهي تمرينات تمتاز بقدرتها على تفريغ ما يختلج به داخل الفرد من انفعالات مختلفة مثل التوتر والقلق . فكان على الباحث اتخاذ الخطوات اللازمة لدراسة هذه التمرينات ومعرفة تأثيرها من خلال تمرينات مقترحة ومعدة في عملية تخفيض التوترات النفسية لدى هؤلاء الطلبة .

١ - ٣ اهداف البحث

- ١ - اعداد تمرينات ملاكمة ترويحية .
- ٢ - معرفة تأثير تمرينات الملاكمة الترويحية في تخفيض التوترات النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

١ - ٤ فرض البحث

- ١ - هناك تأثير ذو دلالة إحصائية لتمرينات الملاكمة الترويحية في تخفيض التوترات النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

١ - ٥ مجالات البحث

- ١ - ٥ - ١ المجال البشري : طلبة كلية التربية الأساسية جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ وبواقع ١٢ طالب بعمر ١٩ سنة .
- ١ - ٥ - ٢ المجال الزمني المدة من ١ / ١٠ / ٢٠١٩ ولغاية ١٠ / ١٢ / ٢٠١٩ .
- ١ - ٥ - ٣ المجال المكاني قاعة الملاكمة في كلية التربية الأساسية .

١ - ٦ التعريف بالمصطلحات



التمرينات الترويحية : احدى فروع التمرينات الرياضية العامة تتميز بتأثيرها الطيب على اتجاهات الافراد ومن ثم على سلوكهم لاتباع العادات الصحية .^(١)

٣ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية

٣ - ١ منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة اجراءات البحث

٣ - ٢ عينة البحث

قد تم اختيار عينة البحث من طلبة كلية التربية الأساسية جامعة ديالى وذلك لان مشكلة البحث متجلية عندهم وبواقع ١٢ فرد ولعمر ١٩ سنة .

٣ - ٣ وسائل البحث (الأدوات والأجهزة)

٣ - ٣ - ١ وسائل جمع المعلومات :

١ - المصادر العربية والأجنبية .

٢ - استمارة جمع المعلومات .

٣ - استمارة قياس مظاهر التوتر والقلق .

٥ - أسلوب المقابلة الشخصية مع الطلبة

٣ - ٣ - ٢ الأدوات والأجهزة :

١ - تمرينات الملاكمة الترويحية .

٢ - أدوات التمرينات الترويحية (أكياس لكم . حبال قفز . كفوف ملاكمة متنوعة)

٣ - جهاز الكتروني لقياس الطول والكتلة

٤ - جهاز حاسوب لاستخراج النتائج

٣ - ٤ التجربة الاستطلاعية : تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ / / ٢٠١٩ وذلك من خلال انتقاء عينة قوامها (٣) افراد خارج عينة البحث وأجريت عليهم الاختبارات

^(١) تهاني عبد السلام : أسس أسس الترويح والتربية الترويحية . (دار المعارف . القاهرة . ١٩٩٧) ص ٧٩ .



نفسها والتي تم اعدادها لتنفيذ الإجراءات الرئيسية لمعرفة النقاط السلبية التي قد ترافق العمل في النقاط التالية :

- ١ - صلاحية ودقة تطبيق استمارة قياس التوتر والقلق .
 - ٢ - تعريف فريق العمل المساعد خطوات التجربة وطبيعة مساهمتهم فيها .
 - ٣ - تجاوز الأخطاء اثناء اجراء الاختبار
 - ٤ - مدى مناسبة الاختبارات للعيينة .
 - ٥ - مدى صلاحية أدوات تمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة .
 - ٦ - التدريب على ملئ استمارة قياس مظاهر التوتر والقلق .
 - ٣ - ٥ اختبار مستوى القلق والتوتر :
- استخدم الباحث استمارة قياس مظاهر التوتر والقلق ^(١) لمعرفة مستوى مظاهر التوتر والقلق لدى الطلبة لدى عينة البحث .
- تم اعداد الاستمارة عام ١٩٨٤ من قبل كل من دورثي هاريس و بيت هاريس واطلقا عليها قائمة مظاهر التوتر والقلق .
- تكونت الاستمارة من (٣٤) فقرة تمثل مجموعة كبيرة من مظاهر التوتر والقلق وفيها يطالب المفحوص بالاستجابة لهذه المظاهر عن طريق ميزان تقدير من ثلاثة ابعاد (دائما . أحيانا . نادرا) وان اقل مستوى لمظاهر التوتر والقلق من خلال هذه الاستمارة هو ٣٤ نقطة واعلى مستوى له ١٠٢ نقطة ومتوسط المستوى لمظاهر التوتر والقلق خلال هذه الاستمارة هو ٦٨ نقطة .
- ٣ - ٦ اعداد التمرينات الترويحية وتنفيذها
 - ٣ - ٦ - ١ اعداد تمرينات الملاكمة الترويحية :

قام الباحث باعداد تمرينات ملاكمة ترويحية لاستخدامها في تخفيض مظاهر التوتر والقلق لدى الطلبة مع مراعاة القواعد والاسس الخاصة بهذه التمارين من حيث

^(١) محمد العربي شمعون : علم النفس الرياضي والقياس النفسي . ط ١ (مركز الكتاب للنشر . القاهرة . ١٩٩٩) ص ٢٨٤ - ٢٨٥



تدرجها بالشدة وملائمتها للطلبة وتراوحت هذه التمرينات ضمن مدى الشدة المتوسطة لأهمية ذلك من ناحية تجنب المشاكل والاصابات البدنية والنفسية

٣ - ٦ - ٢ تنفيذ تمرينات الملاكمة الترويحية :

قبل تطبيق مفردات وخطوات تمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة على الطلبة قام الباحث بتاريخ / / ٢٠١٩ باجراء اختبار قياس مظاهر التوتر والقلق في قاعة المعلم في كلية التربية الأساسية جامعة ديالى لغرض الحصول على الدرجات القبلية ليتم مقارنتها بدرجة الاختبار البعدي للعينه قيد البحث .

ثم قام الباحث بعد يوم واحد من انتهاء اختبار قياس مظاهر التوتر والقلق القبلي بتطبيق تمرينات الملاكمة الترويحية على عينة البحث من الطلبة ثم متابعة الطلبة بكل وحدة ترويحية ان فترة تطبيق تمرينات الملاكمة الترويحية هي ٧٠ يوم وكل يوم نصف ساعة أي ٣٥ ساعة كاملة وكل أسبوع كان هناك ٣ وحدات ملاكمة ترويحية بأسلوب التدريب المستمر (نفس الشدة التدريبية مع تغير شكل التمرين)

تم تنفيذ تمرينات الملاكمة الترويحية باستخدام الأدوات او بدونها (مثل استخدام تمرينات الملاكمة الخيالية او القتال الخيالي)

وبعد يوم من الانتهاء من تطبيق مفردات تمرينات الملاكمة الترويحية وبتاريخ / / ٢٠١٩ قام الباحث باجراء الاختبارات البعدية الخاصة بالبحث ليتسنى للباحث استخراج النتائج ومعالجتها احصائيا والتحقق من اهداف وفروض البحث .

٣ - ٧ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية في معالجة النتائج واستخراجها ^(١)

١-الوسط الحسابي.

٢-الوسيط.

٣-الانحراف المعياري.

٤- (t-test) للمجموعات المترابطة.

^(١) ودبع ياسين التكريتي . حسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية (دار الكتاب للطباعة والنشر . الموصل . ١٩٩٩) ص ١٠٢ - ٢٨٥ .



الباب الرابع

٤- (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):

٤ – ١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر التوتر والقلق :

بعد جمع واحصاء القيم الخام الخاصة باستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر لعينة البحث خلال الاختبارات القبلية والبعدية كما يلي :

جدول (١)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر لعينة البحث

ت	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	القبلية	٧٠,٥	٤,٢٣
٢	البعدية	٦١,٧	٣,٩

جدول (٢)

يبين قيمة (ت) المحتسبة و (ت) الجدولية ومعنوية الفرق بين الاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر لعينة البحث

(ت) المحتسبة		(ت) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
٤,٦٥	الوسط الحسابي للفروق	٢,٢٠	١١	٠,٠٥	معنوي
	الانحراف المعياري للفروق				

من خلال عرض جدول (١) تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر لعينة البحث كانت (٧٠,٥) ومقدار الانحراف المعياري (٤,٢٣) بينما كانت قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر لعينة البحث (٦١,٧) ومقدار الانحراف المعياري (٣,٩)



مما تقدم من عرض وتحليل جدول (١) يتضح ان هنالك فرقا ملحوظا بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر للعينة وهذا الفرق يظهر بشكل واضح في انخفاض قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي عن قيمته في الاختبار القبلي مع تقارب مقدار الانحراف المعياري في كلا الاختبارين أي ان تغير مستوى مظاهر القلق والتوتر قد تساوى بين افراد عينة البحث وهذا يشير الى التجانس بين افراد العينة .

ومما تقدم من عرض للجدول (٢) والخاص بالاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر التوتر والقلق للعينة تبين ان الوسط الحسابي للفروق بين قيم الاختبارين القبلي والبعدي يساوي (٨,٥) وكان الانحراف المعياري للفروق بين قيم الاختبارين القبلي والبعدي بمقدار (٤,٤٥) .

ومما تقدم أيضا من عرض للجدول ٢ والخاص بالاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر للعينة ان قيمة (ت) المحتسبة كانت (٤,٦٥) وهي اعلى من قيمة (ت) الجدولية والتي تساوي (٢,٢٠) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١١) أي ان الفروق كانت ذات دلالة معنوية وهذا يعطي بدوره نتيجة تشير الى وجود تأثير إيجابي لتمرينات الملاكمة الترويحية

وهذا ما ايد النتائج السابقة التي تم عرضها على شكل أوساط حسابية وانحرافات معيارية فقط كما في الجدول (١) اذ أعطت هذه المعالجات الإحصائية والمعروضة نتائجها في الجدول (٢) الصورة الحقيقية وما هية الدلالة الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لاستمارة قياس مظاهر التوتر والقلق قيد البحث .

٤ - ٢ مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر القلق والتوتر .

لمناقشة ما تم عرضه وتحليله من نتائج في كل من جدول (١) و (٢) والخاصة بالاختبارات القبلية والبعدية لاستمارة قياس مظاهر التوتر والقلق للعينة ويعزو الباحث الفروق المعنوية الى التأثير الإيجابي للتمرينات الترويحية وذلك لما تحتويه من تمرينات مختلفة وترويحية وطبيعتها كنشاط رياضي . ولان ممارسة النشاط الرياضي يسهم في خفض التوتر والقلق واكد كل من محمد الحماشي وعائدة عبد العزيز مصطفى ان الملل والقلق والاكتئاب النفسي والصراعات النفسية والإحباط النفسي تعد من امراض



العصر بالاضطرابات البدنية والعقلية والنفسية وان هذه الامراض قد تنتج عن كبت الرغبة في اشباع بعض الحاجات كتفريغ الخوف والاحساس بالالام^(١) وكما يحدث لدى الطلبة نتيجة الامتحانات والمنافسة على التقدم من ناحية علمية بغض النظر عن الترويح النفسي مما تسبب بالغالب إصابات نفسية وتوترات وقد يتطور ذلك كالأحاساس بالالام والتوتر من ايداء أي تفكير اذ أشار المختصون ان الترويح تهدف الى تقديم المساعدة وتعديل السلوك^(٢) ان تميز تمرينات الملاكمة الترويحية وما تضمنته من تمرينات باكياس اللكم وقفازات الملاكمة واستخدام جهاز اللكم المتعدد كاول جهاز في العالم يتم التمرين فيه بتمارين ترويحية مما حقق رغبات الطلبة وكشف مشاكلهم وكبت مشاعرهم العدائية للتقدم بحالة الفرد النفسية نحو الأفضل^(٣) اذ ان التأثير النفسي الايجابي المصاحب لتمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة باعتبارها نشاط رياضي أدى الى زيادة قدرة الطلبة على مواجهة الحالات النفسية كالتوتر والقلق وبعيدا عن تعرضهم لاي خطورة اذ اكد أبو العلا عبد الفتاح الى ان احدى الأهداف الرئيسية لممارسة التمرينات الترويحية إعطاء الطلبة حياة طبيعية وبعيدة عن الروتين المزعج و تساهم في رفع قابليتهم النفسية^(٤) وهذا جاء مع هدف البحث في معرفة تاثير تمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة في خفض التوتر والقلق لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

٥ - الاستنتاجات والتوصيات

٥ - ١ الاستنتاجات

١ - ان لتمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة تاثير ايجابي في تخفيض التوترات والقلق لدى افراد العينة .

٢ - ان لتمرينات الملاكمة الترويحية المقترحة ذات دور فعال في خفض مظاهر التوتر والقلق لدى افراد العينة وان مفردات المنهج حققت الاسترخاء النفسي والجسمي لهم من خلال هذه التمرينات وتم رفع الروح المعنوية لديهم من خلال نجاحهم في أداء مفردات التمرينات وما تحويه من جوانب بدنية أسهمت في زيادة ثقتهم بنفسهم .

(١) عائد فضل ملحم : الطب الرياضي والفسولوجي (قضايا ومشكلات معاصرة) . (الأردن . دار الكندي للنشر والتوزيع . ١٩٩٩) ص ١٣٣ .

(٢) Kraus Richard : Ibid :p73

(٣) احمد شاكر محمود . تاثير تمرينات ترويحية في تاهيل المصابين بمرض الداء السكري المعتمد على الانسولين . رسالة ماجستير جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠٠٤ . ص ٦٣ .

(٤) أبو العلا احمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي . (القاهرة . دار الفكر العربي . ١٩٩٨) ص ١٧٩ .



٣ - ان وسائل لعبة الملاكمة كاكياس اللكم وقفازات الملاكمة التي تميزت فيها تمرينات الملاكمة الترويحية وفرت للعينة ما يحقق رغباتهم ويكون لهم متنفسا يعبرون فيه عن مشاعرهم العميقة واحساسهم المكبوت الذي يخرج منهم عل شكل لا مبالاة في أداء الواجبات اليومية والامتحانات .

٥ - ٢ التوصيات

- ١ - اجراء مثل هذه البحوث على عينة من طلبة المدارس الثانوية .
- ٢ - اجراء مثل هذه البحوث على طلبة الدراسات العليا لمعرفة تأثيره عليهم كون دراساتهم اكثر صعوبة .
- ٣ - اجراء مثل هذه البحوث على طلبة كليات المجموعتان الطبية والهندسية لمعرفة تأثيره عليهم كون دراساتهم اكثر صعوبة .
- ٤ - محاولة اجراء دراسات تاهيلية نفسية أخرى للطلبة ذوي المستوى الدراسي المنخفض لتطوير الحالة النفسية والبدنية لديهم وبالتالي تطوير مستواهم الدراسي .
- ٥ - محاولة اجراء مثل هذه الدراسات ومعرفة تأثيرها على تحصيل الطلبة الدراسي .

المصادر

المصادر العربية

- أبو العلا احمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي . (القاهرة . دار الفكر العربي . ١٩٩٨)
- عبد الجواد محمد طه : **الرياضة للجميع**: بحث منشور (الرئاسة العامة لرعاية الشباب لقسم التربية الرياضية-جامعة الملك . الرياض . ١٩٩٥) .
- احمد شاكر محمود . تأثير تمرينات ترويحية في تاهيل المصابين بمرض الداء السكري المعتمد على الانسولين . رسالة ماجستير جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠٠٤ .
- (١) تهاني عبد السلام : أسس أسس الترويح والتربية الترويحية . (دار المعارف . القاهرة . ١٩٩٧) .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

- عائد فضل ملحم : الطب الرياضي والفسولوجي (قضايا ومشكلات معاصرة) . (الأردن . دار الكندي للنشر والتوزيع . ١٩٩٩) .
- محمد العربي شمعون : علم النفس الرياضي والقياس النفسي . ط ١ (مركز الكتاب للنشر . القاهرة . ١٩٩٩)
- وديع ياسين التكريتي . حسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية (دار الكتاب للطباعة والنشر . الموصل . ١٩٩٩)

المصادر الأجنبية

- Kraus Richard : Ibid :p73 .

التمرينات :

تمرين اليوم الأول

- ١ – سحب عتلة قياس النبض 8×5
- ٢ – اللكم على كيس الملاكمة ذو العداد ٣٠ ثا
- ٣ – سحب عتلة قياس عدد نبضات القلب 20×5
- ٤ – الهرولة مع اللكم على كيس الملاكمة باستخدام جهاز العتلات المتحرك
- ٥ – سحب نابض اللكم المتحرك بسرعة قدر الإمكان 8×5





نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

دور الإرشاد الأكاديمي في احتواء أزمات الطالب الجامعي

الباحثان

أ.م.د. سلمى حسين كامل

أ.د. ناسو صالح سعيد

جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

salmakamil73@gmail.com asoo642004@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الأكاديمي. أزمات الطالب الجامعي.

الملخص

الإرشاد الأكاديمي عملية إنسانية وتربوية تقدم خدماتها للطلاب وتعمل على تطوير قدراتهم على حل المشكلات التي تواجههم بما يساعدهم على الانسجام مع البيئة التي يعيشونها بالتالي نهر اكبر واشمل من كونه ارشاد طلابي.

وعليه قدم الباحثان بحثهما في اربعة مباحث وكالاتي: المبحث الاول مقدمة في مشكلة أهمية البحث وكذلك التطرق الى المفاهيم النظرية للبحث .اما المبحث الثاني فتضمن أهداف الارشاد الاكاديمي وكيفية استفادة الطلبة منه. ومهام المرشد الأكاديمي. وعناصر ومقومات التي ينبغي توافرها ليكون نظام الإرشاد الأكاديمي فعال . اما المبحث الثالث هيكلية مقترحة للإرشاد الأكاديمي في الجامعات لاحتواء أزمات الطالب الجامعي. واخيرًا المبحث الرابع ويتضمن التوصيات التي تم التوصل اليها من قبل الباحثان.

Prof. The role of academic counseling in containing the crises of the university student

ASOO Saleh Saeed

Prof. Salma Hussein Kamel

Ministry of Higher

University Of Diyala

Education and Research

Basic Education College

asoo642004@gmail.com

salmakamil73@gmail.com

Summary



Academic counseling is a humanitarian and educational process that provides its services to students and works to develop their abilities to solve the problems they face. in a way that helps them harmonize with the environment in which they live.

Accordingly. the two researchers presented their research in four sections as follows: The first topic is an introduction to the problem of the importance of research. as well as the theoretical concepts of research. while the second topic includes the objectives of academic guidance and how students benefit from it. the tasks of the academic advisor. and the elements and components that should be available for the academic advisory system to be effective As for the third topic. a proposed structure for academic guidance in universities to contain the crises of the university student. and finally the fourth topic includes the recommendations that were reached by the two researchers.

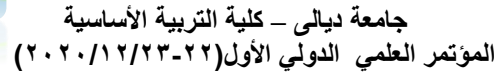
.Key words: academic advising. university student crises.

المبحث الاول:الاطار العام للبحث

مشكلة البحث

تتضمن مشكلة البحث مدى خطورة المرحلة الدراسية التي اختارها الباحثان بوصفه مجتمعاً " للدراسة. كون الطالب الجامعي يقع ضمن مرحلة حرجة - ففي هذه المرحلة يعانون من مشكلات نفسية وتربوية واجتماعية يسبب لهم الأزمة النفسية (المهدي . ٢٠٠٢ . ص ٩٥) .

وتبرز الأزمة في هذه المرحلة في أمرين الأول المشكلات التي يواجهها الطلاب في فهم ذواتهم وقبولها والتعامل معها بصورة صحيحة. والثاني المشكلات التي يواجهها الطلاب في أساليب التعامل مع الأهل والأقارب. وهناك من يرى إن الأزمة لدى الطلاب ترجع إلى طبيعة العلاقات الاجتماعية السائدة بين الأفراد والعادات والتقاليد ومدى نجاح



1.7



ومن هنا برزت مشكلة البحث الحالي والذي سعى الباحثان إلى دراستها لذا أصبح أمام تساؤل يحاول الإجابة عليه وهو : ((هل للإرشاد الأكاديمي دور في احتواء أزمات الطالب الجامعي ؟))

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث لأهمية الطالب الجامعي. وهي مرحلة البناء النفسي والمعرفي لدى الطلبة بكل جوانبه (جوامير. ٢٠١١. ص ٨). إذ يكتسب الطلاب مهاراتهم البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية. وهي المهارات التي يتطلبها نموهم النفسي والاجتماعي من أجل تنظيم علاقاتهم بأنفسهم وبالأخرين وبالواقع من حولهم (الازيرجاوي. ٢٠٠٠. ص ٦٠).

وتزداد أهمية هذه المرحلة من كون الطلبة يلعبون دورهم الوطني في رسم ملامح الحركة التقدمية في البلاد إذا توفرت لديهم الشعور بالاستقرار النفسي الذي ينطوي على الشعور بالطمأنينة والأمن النفسي والسلام الذاتي (الأحمد. ٢٠٠٤. ص ١٦٣).

وان رضا الفرد عن ذاته هو ركيزة أساسية للصحة النفسية وان امتلاك الشخص صفات شخصية جيدة ومقبولة وشعور ايجابي في حياته الماضية والحاضرة تقوده إلى الإحساس بالسعادة والرضا والثقة بالنفس والشعور بالمواطنة الصحيحة والإسهام في حركة البناء والتقدم في البلاد (راديف. ١٩٨١. ص ١٠٠).

لذا فالطالب الجامعي بحاجة ماسة الى الإرشاد. بسبب ميوله الجديدة وتقارب اتجاهاته المختلفة وتضاربها انعكاساً لثورته الموجهة ليس للخارج فحسب بل نحو الداخل أي لذاته (باولي وبرامير . ١٩٨٤ : ٧٢).

وتوصل ملبورن (Melbourn1994) في دراسة تحليلية بخصوص تأثيرات كل من الجنس والاصل العرقي والعمر في عملية تقبل الطلبة لخدمات الارشاد الاكاديمي في جامعة كنتاكي الامريكية وقد طبق الباحث قائمة الارشاد الاكاديمي لكل من وينستون وساندر توصل الى تفضيل غالبية الطلاب نموذج الارشاد الاكاديمي القائم على اساس المشاركة في صنع القرار (Melbourne.1994.3107).



فالإرشاد يستهدف فهم الطالب لذاته وفهم مشكلاته الشخصية والاجتماعية والتغلب عليها وإيجاد الحلول المناسبة لها (حسين. ٢٠٠٨. ص ١٧).

إن أهمية الإرشاد يمكن أن يكون عملية أو وسيلة وقائية لمساعدة الأفراد في التغلب على الأزمات. (باقر. ١٩٧٦. ص ٧). كما إن العملية الإرشادية تقوم أساساً على . مساعدة المسترشد للكشف عن قدراته الواقعية وتنميتها (الرشيدي وسهيل. ٢٠٠٠. ص ٢٢).

يعد الإرشاد منهجاً "علمياً قائماً" على الحوار بين المرشد والمسترشد . فيما يتعلق بحياته وميوله وسلوكياته وينبغي على المرشد أن يوضح بأن الإرشاد لا يجعل الناس سعداء. وإنما الذي يجعلهم سعداء السلوك المسؤول . والطالب وحده الذي بإمكانه أن يسعد نفسه (الاحرش. ٢٠٠٢. ص ١٧).

والجامعة تسعى دائماً الى تفعيل دور الارشاد الاكاديمي لما له من اهمية بالغة للطلبة مما اكد بشكل ضروري وملح لدراسة وتحديد المشكلات والصعوبات التي تحول دون تحقيق اهداف الارشاد الاكاديمي والتعرف على الحلول المناسبة اسهاماً في الرقي بمستوى العمل بالجامعة (غز. ١٤٣٤هـ. ٤).

ان اهمية الارشاد الاكاديمي تكمن في قيام عضو هيئة التدريس به . حيث يتم التفاعل بين المدرس والطالب بصورة اكبر عن ذي قبل من خلال تعريف للطالب بالأنشطة والخبرات المتوفرة في المدرسة . وتوعية بالأنظمة والمصطلحات الخاصة بنظام الساعات المعتمدة . كما يعد المرشد الاكاديمي القدوة الحسنة لطلابه فيكتسبون السلوك السليم وطرق التفكير وحل المشكلات بالأساليب العلمية (الحازمي. ١٤١٠هـ : ١٩٨٩ : ٧٠)

هدف البحث : يهدف البحث الحالي إلى التعرف على :

دور الإرشاد الأكاديمي في احتواء ازمت الطالب الجامعي.

Research Limitations of the

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي في دور الارشاد الاكاديمي في الجامعات

Key Terms

تحديد المصطلحات



يتضمن البحث تعريفاً للمصطلحات الآتية

أولاً : الارشاد الاكاديمي : عرفه كل من :

- **جوهري ١٩٨١** : بانه عملية الهدف منها مساعدة الطالب الى اكتشاف قدراته وامكاناته ومعاونته في اتخاذ القرارات التي تتصل بخطة دراسته واختيار التخصص المناسب ومساعدته في التغلب على الصعوبات التي قد تعترض مساره الدراسي (الحازمي . ١٤١٠ هـ : ٨)

- **سعادة و خليفة وعالية. ٢٠٠٧** : هو إرشاد الطالب إلى المواد □ التي يدرسها. والخطة الدراسية التي يطبقها. ومساعدته في القيام بإجراءات التسجيل والسحب والإضافة

- **الاسود ٢٠١٣** : خدمة مهنية تهدف الى التعرف على المشكلات التي تعوق قدرة الطالب على التحصيل العلمي والتفاعل مع الحياة الجامعية (الاسود . ٢٠١٣ : ٢)

- **قطامش ١٤٣٦ هـ - ٢٠١٥** : النشاط الذي يقوم به المرشدون الأكاديميون بالكلية أو البرنامج الأكاديمي لتعريف الطلاب بالأنظمة واللوائح الدراسية . ومساعدتهم في التقدم الدراسي . والتغلب على ما تعترضهم من مشكلات وصعوبات أكاديمية أو علمية أو حياتية (قطامش **جامعة حائل** . ١٤٣٦ هـ : ١٤).

المرشد الأكاديمي

- **جامعة البحرين ٢٠١٣** : هو عضو هيئة التدريس المكلف بإرشاد عدد معين من الطلاب في كل ما يتعلق بشؤونهم الأكاديمية والاجتماعية والصحية منذ قبولهم بالقسم ((جامعة البحرين ٢٠١٣ : ١)

- **سعادة و خليفة وعالية. ٢٠٠٧** : هو عضو هيئة التدريس الذي يقوم بعملية الإرشاد الأكاديمي الجامعي من خلال تعليمات الإرشاد الأكاديمي ومتطلبات الخطة الدراسية والاحتفاظ بملفات إرشاد الطلبة. والتعرف إلى خلفية الطالب الثقافية والاجتماعية والاقتصادية. وتوجيهه لمراجعة دليل الطالب والمشاركة في الأنشطة الطلابية. مع تعريفه بالمستجدات الخاصة بكليات الجامعة وأنشطتها (سعادة و خليفة وعالية. ٢٠٠٧ :

(٣٢١



ثانياً : الأزمة Crisis : عرفها كل من :

- كورت ليفين (١٩٧٨)

هي حالة من الصراع والتوتر النفسي تنشأ بسبب دخول الفرد إلى منطقة لم يتم تكوينها بعد من الناحية المعرفية (حجازي . ١٩٧٨ . ص ٥٥) .

- بروك (Brock.et.al . ١٩٩٦)

حالة مؤقتة من الضيق وعدم التنظيم . وتتميز بصفة خاصة بعدم قدرة الفرد على مواجهة موقف معين باستخدام الطرق التقليدية لأسلوب حل المشكلات مع احتمال وقوع تغير جذري في النواتج الايجابية والسلبية (Brock.et.al.1996) .

- كامل (٢٠٠٦)

((موقف طارئ غير متوقع حدث غير مألوف وينتهي بردود أفعال هامة تنتشر مادياً و نفسياً)) (كامل . ٢٠٠٦ . ص ١٨٤) .

- البريدي (٢٠٠٦)

((هي فترة حرجة أو حالة غير مستقرة يترتب عليها حدوث نتيجة مؤثرة وتتطوي في الأغلب على أحداث سريعة وتهديد للقيم أو الأهداف التي يؤمن بها من يتأثر بالأزمة)) (البريدي . ٢٠٠٦ . ص ١) .

- أبو فاره (٢٠٠٨)

((حالة من الاضطراب التي يواجه الأفراد فيها إحباطاً لأهدافهم المهمة في الحياة . أو يواجهون تمزقاً كبيراً" بجانب أو أكثر من جوانب الحياة وللأساليب التي يعتقدونها في مواجهة الضغوط التي تنشأ في بيئتهم)) . (أبو فاره . ٢٠٠٩ . ص ٥) .

ثانياً : إدارة الأزمات Managing a Crisis : عرفها كل من:

- عامر وآخرون (١٩٩٤)



((بأنها أسلوب إداري وفق برنامج زمني من خلال إيجاد مجموعة من الضغوط التي تؤثر في الأفراد وتسبب لهم حالة من عدم التوازن ويحتاج هذا الأسلوب إلى مهارات خاصة ومعارف سلوكية معينة)) (عامر وآخرون . ١٩٩٤ . ص ٣٠).

- اسبيرسي (Asperys ctal 1998)

بأنها عملية اتخاذ قرار حاسم تحت ضغط ما الهدف منه حماية الأفراد والمنظمات (Asperys ctal . 1988 . p.19) .

- مجالس حرب (٢٠٠٤)

((مجموعة من الخطط والأساليب والاستراتيجيات والنشاطات الملائمة لأوضاع استثنائية بغية السيطرة على المشكلات واحتوائها والحفاظ على توازن الفرد)) (مجالس حرب . ٢٠٠٤ . ص ٥)

- هيكل (٢٠٠٦)

((القدرة على التنبؤ بالأحداث المستقبلية ومحاولة التعرف على حجم وطبيعة الأزمات المحتملة وكافة البدائل لمنع وقوع الأزمات أو التقليل من حدة أثارها . والإعداد لمواجهةها عند حدوثها)) (هيكل . ٢٠٠٦ : ٢٣) .

المبحث الثاني: ادبيات البحث

أهداف الإرشاد الأكاديمي

يهدف الإرشاد الأكاديمي إلى ترجمة طموحات الكلية في إعانة الطلاب على فهم مشكلاتهم الأكاديمية والحرص على علاجها علاجا نافعا يثمر في تخرج جيل من أبناء الوطن وبناته مزودين بالعلم والإيمان والمعرفة والثقة بالنفس . والقدرة على المشاركة في بناء التنمية في بلادنا الحبيبة وذلك من خلال الأهداف الاتية :

١..تهيئة الظروف المناسبة لتحقيق النمو السوي للطلاب والطالبات. وبناء علاقات اجتماعية إيجابية للطلاب مع زملائه وأعضاء هيئة التدريس ومنسوبي الكلية. وبناء استجابات ناجحة في مواجهة المشكلات الأكاديمية التي تعترضه في المواقف المختلفة على امتداد فترة الدراسة في الكلية.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٢.. تهيئة الطلاب المستجدين لمعرفة الحياة الجامعية من خلال برامج إرشادية وتوجيهية للتعريف بالكلية وعمادتها وأقسامها المساندة وكيفية حصول الطالب على خدماتها بالتعاون والتنسيق مع الإدارة المتخصصة بالكلية . وكذلك تعريف الطلاب بالمتغيرات التي قد يواجهونها في حياتهم الجامعية وكيفية التعامل معها من خلال برامج الوحدة المطروحة في فقرات تعريفية . وأسبوع تمهيدي. ودورات متخصصة تعقد لذلك الغرض.

٣.. توعية الطلاب بالصعوبات الأكاديمية والمهارات الدراسية. وكيفية إعداد الخطط الدراسية وجدول تنظيم الوقت. وإكسابهم مهارات ترفع من تحصيلهم الأكاديمي وتحقيق توافقه الشخصي لإمكاناتهم واهتماماتهم العلمية واحتياجات سوق العمل.

٤.. مساعدة الطلاب على اختيار التخصص المناسب وفقا

٥. تشجيع الطلاب المتفوقين على المزيد من التحصيل وتوجيههم نحو استثمار قدراتهم وإمكاناتهم في المجالات التي تتناسب مع ميولهم واهتماماتهم العلمية

٦. متابعة الطلاب المتعثرون دراسيا ومساعدتهم على اكتساب المهارات اللازمة لزيادة تحصيلهم العلمي (وحدة الدعم الطلابي . ب ت : ٢)

أهمية الإرشاد الأكاديمي

يهدف الإرشاد الأكاديمي الى الارتقاء بمستوى الطلبة عن طريق:

- ١- مساعدة الطالب في الاعداد والتخطيط لمستقبله العلمي .
- ٢- توجيه الطالب بالإرشادات التي تؤدي الى استمراره في التفوق .
- ٣- مساعدة الطلبة في اختيار المقررات الدراسية الاختيارية وكذلك تمهد له الطريق الى التخصص.

٤- معاونة الطلبة على تجاوز عسرته وتحقيق النجاح المنشود.

٥- سعة الصدر لدى المرشد الأكاديمي لحل مشاكل الطالب بكافة انواعها .

مهام المرشد الأكاديمي

توجد مراحل عدة لمهام المرشد الأكاديمي وقد حددت بما يأتي :



١. ارشاد قبل اختيار التخصص .

٢. ارشاد اثناء التخصص .

٣. ارشاد اثناء فترة المراقبة الاكاديمية

٤. ارشاد قبل التخرج (الحازمي .١٠٤١٥ :٧١) .

و يرى الباحثان ان المرشد يقوم بالعديد من المهام منها:

١- اعداد ملف خاص لكل طالب من الطلبة الذين اوكلت اليه مهمة الاشراف عليهم ويحتوى الملف على بيانات الطالب والمقرر الدراسي وسيرته الدراسية من درجات ونشاطات الطالب .

٢- توجيه الطلبة الى من يستطيع الرد على استفساراته .

٣- على المرشد الأكاديمي التأكد من ان جميع الطلبة يعرفون المكان والزمان الذي تبدأ فيه المحاضرات.

٤ . يكون المرشد الأكاديمي هو حلقة الوصل بين الطلبة وادارة الكلية لحل أي مشاكل قد يتعرض لها الطالب .

٥- العمل على معالجة وحل المشكلات التي تواجه الطالب عند حدوث أي مشكلة بين الطالب وأحد اعضاء هيئة التدريس او الادارة يقوم المرشد الأكاديمي بالتدخل لحل هذه المشكلة وبما لا يؤثر على سيرته الدراسية .

٦- يقوم المرشد الأكاديمي بتعريف الطلاب بالبنود التي تهمهم من اللائحة الدراسية مثل عدد ساعات المقرر ودرجات الطالب .

٧. متابعة مستوى التحصيل للطلبة والعمل على تذليل المعوقات والمشكلات التي تؤثر في ادائه.

الارشاد الاكاديمي والازمات

ان الازمات والاحداث المؤلمة التي مر بها المجتمع العراقي من حروب ودمار وخراب وارهاب وعنف تبقى راسخة في ذاكرة الفرد الذي عاش تلك الاحداث الحية



واحس بالرعب والقلق منها جراء تعرض حياته للخطر او الاسى . أو لفقدان لعزیز . او بيت كان يأويه او مزرعة كان يفتات من خيراتها . وحسب رأي علماء النفس ان الكبار اقدر على تحمل الازمات والصدمات من الاطفال . وان الحروب وما يصاحبها من نكبات وويلات يكون أثرها النفسي اكثر بكثير على الاطفال بعد تفاقم حالة الطفل النفسية وتحول مشاعر الفزع والخوف الى آفة نفسية مزمنة تحتاج الى علاج خاصة اذا لم يتمكن الاهل من احتواء هذه الحالات ومساعدة الطفل على تجاوزها (مجيد . ٢٠١٣ : ٣)

حالات تتطلب تدخل المرشد الأكاديمي

هناك بعض الحالات التي يتطلب تدخل المرشد الأكاديمي وتلك الحالات هي :

١. السلوكيات السلبية التي يظهرها الطالب .
٢. تدني مستوى التحصيل الدراسي دون أسباب مبرره .
٣. طلب الانسحاب من الكلية وترك الدراسة .
٤. الشعور باليأس والاحباط الشديد .
٥. ضعف قدرة الطالب على التعبير عن مشاكله او وصفها بشكل واضح.
٤. التعرض لمشكلات تتعلق بالدراسة والمواظبة والتحصيل الدراسي

مسؤوليات الطالب تجاه الارشاد الاكاديمي

١. الاقتناع باهمية عملية الارشاد الاكاديمي .
٢. النظر الى عملية الارشاد الاكاديمي على انها ضرورية .
٣. عدم اعتبار عملية الارشاد مجرد عمل روتيني او تسلط عضو هيئة التدريس على الطالب بل ينظر اليها على انها حوار مفتوح ومناقشة لوجهات النظر .
٤. التقيد بالأوقات التي يحددها المرشد الاكاديمي لعملية الارشاد.
٥. حسن الاستماع الى توجيهات المرشد .
٦. التعاون مع المرشد في الحصول على كافة المعلومات التي يحتاجها لكي يستطيع تقديم المساعدة اللازمة .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

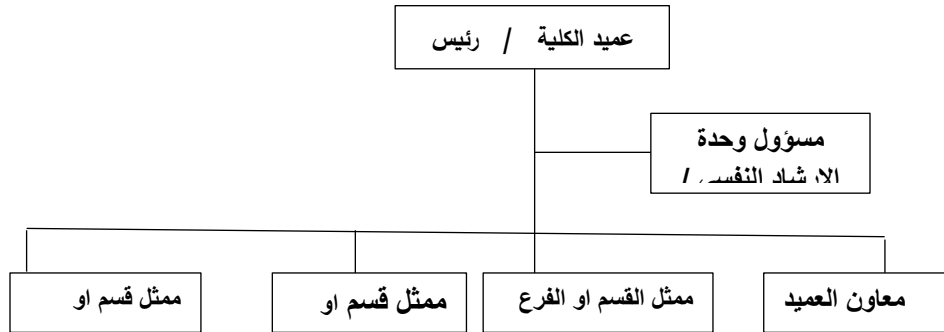
المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٧. اعتبار المرشد الاكاديمي همزة وصل بينه وبين مرافق المؤسسة التعليمية (الحازمي. ١٤١٠هـ: ٨٠)

المبحث الثالث: هيكلية مقترحة للإرشاد الاكاديمي في الجامعات

من خلال ما تقدم فان الباحثان يتقدمان بمقترح لهيكلية للإرشاد الجامعي بتشكيل لجنة في كل جامعة يتراسها مساعد رئيس الجامعة للشؤون العلمية ومقرر اللجنة مدير شعبة الارشاد النفسي في الجامعة وتضم ممثل عن كل كلية في الجامعة وكذا في كل كلية يتراسها عميد الكلية ويكون مسؤول الوحدة الارشادية مقررأ لها وتضم ممثل عن كل قسم او فرع في الكلية وفق الهيكلية الاتية :



(تصميم الباحثان للجنة الارشاد الاكاديمي)

وتحدد مهام وصلاحيات اللجنة وتجتمع بشكل دوري لوضع الخطط اللازمة من اجل تهيئة البيئة الدراسية الملائمة واتاحة افضل الظروف للطلبة من اجل رفع مستواهم الدراسي ومعالجة المشكلات التي يواجهونها وتعيق تحقيقهم للأهداف الموضوعية .

دور المرشد الطلابي : يرى الباحثان ان دور المرشد الطلابي يتمثل بما يأتي :

١. حصر حالات الطلبة الذين يواجهون الازمات .

٢. تصنيف حالات الطلبة حسب نوع المشكلة ونوع التأثير أي حسب شدة الازمة التي يواجهونها باستخدام اساليب ومقاييس تعد لهذا الغرض



٣. تقديم العلاج الفردي للحالات التي تمر بأزمة شديدة طارئة باستخدام الاساليب الارشادية وبالتعاون مع المرشد النفسي كونه الشخص المختص في هذا المجال .
٤. اعداد برامج توعوية للطلبة بشكل عام وفق خطة تعد لهذا الغرض تشتمل على برامج وورش وندوات ومختلفة لزيادة التوعية والثقافة النفسية لديهم .
٥. العمل وبالتنسيق مع وحدة الارشاد النفسي في الكلية على احالة الطلبة الذين هم بحاجة لبرامج ارشادية سواء علاجية او وقائية ام نمائية .
٦. اشراك الطلبة في نشاطات وفعاليات تسهم في بث روح التعاون وتنمي الثقة بالنفس والشعور بالمسؤولية وتحث على العمل بروح الفريق والتعبير والتفيس عن مشاعرهم .
٧. متابعة تحصيل الطلبة وحثهم على المواظبة ورفع من مستوى تحصيلهم بالأساليب والطرائق التربوية
٨. تجنب اعطاء معلومات غير صحيحة او موثقة للطلبة والاجابة عن استفساراتهم واسئلتهم المتعلقة باختيار الاختصاص وكل ما يتعلق بدراساتهم وتحصيلهم . .
٩. الاصغاء بفاعلية لمشكلات الطلبة والعمل على تذليل ما يواجههم من مشكلات ومعوقات تعيقهم في مواصلة ومتابعة تحصيلهم الدراسي .
١٠. ان يتجنب بالاهتمام المفرط بالطلبة الذين يمرون بالازمات حتى لا يشعرهم بالدونية والاعتماد على الآخرين بل العمل على تعزيز الثقة بأنفسهم وباعتماد على انفسهم في مواجهة تلك الازمات وتعزيز الجوانب الايجابية من سلوكياتهم .
١١. استثمار النشاطات الطلابية اللاصفية واشراك الطلبة ممن يعانون ويواجهون ازمات

التوصيات

١. اعداد هيكلية خاصة بلجان الارشاد الاكاديمي على مستوى الجامعة والكليات وتحديد مهامها وواجباتها وصلاحياتها وتبعا لهيكلية كل جامعة وكلية .
٢. توضيح مفهوم الارشاد الاكاديمي للمرشدين الاكاديميين والطلبة عن طريق عقد ندوات وورش عمل تدريبية لتوضيح الجوانب المختلفة للعملية الارشادية
٣. وجود جهاز اداري فعال في اتخاذ القرارات المناسبة لصالح الطلبة .



٤. متابعة الحالات التي تتطلب التدخل المباشر من المرشد الاكاديمي بالتنسيق مع لجنة الارشاد الاكاديمي والمسؤول عن وحدة الارشاد النفسي .
٥. توفير الدعم المعنوي والمادي للمرشد الاكاديمي لكي يحقق الاهداف المخطط لها من قبل الجامعة والكلية.
٦. اعداد خطه عمل اداريه يعلنه عن الخطة الدراسية في الكلية
٧. اعداد ووضع الية للتقييم الذاتي للمرشد الاكاديمي لتحسين مستوي الاداء بشكل مستمر وجودة الخدمات الارشادية المقدمة .

المصادر

- الأحمـد. أمل (٢٠٠٤). مشكلات وقضايا نفسية. لبنان. بيروت؛ مؤسسة الرسالة .
- الاحـرش . يوسف . المرحلة إلى التوجيه والإرشاد النفسي . دار الكتب الوطنية - بنغازي - ليبيا . ٢٠٠٢ .
- الازيرجاوي. فاضل حسن (٢٠٠٠ م). علاقة الاعتماد على المجال المقابل الاستقلال عن المجال بسعة الادراكية واسلوب اعتماد مقابل الاستقلال عن المجال سمة الشخصية على وفق المتغيرات. (اطروحة دكتوراه غير منشورة). الجامعة المستنصرية. كلية التربية .
- الاسود. الزهرة ٢٠١٣ .تصور مقترح لتنظيم الارشاد الاكاديمي بالجامعة في ضوء التوجهات العالمية .جامعة الشهيد حمد الخضر الوادي . الجزائر .
- باقر . صباح والقاسم وعلي . بديع محمد . أديب محمد (١٩٧٦) . المشكلات الإرشادية - الجامعة المستنصرية - كلية الآداب - بغداد - مطبعة دار السلام .
- بلولي وبرامير. (١٩٨٤). الاهداف التربوية مشكلة عالمية - ترجمة صادق ابراهيم. عدته اللدنة الاردنية للتعريب والترجمة والنشر - عمان. الأردن .
- الحازمي. عبد الرحمن سعيد حسين . ١٤١٠هـ . دور الارشاد الاكاديمي في الثانويات المطورة في تحقيق احتياجات الطلاب بمنطقة مكة المكرمة التعليمية . رسالة ماجستير .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

جامعة ام القرى . البلوي. بدر محمد والبلوي. يوسف طويلع ١٤٤١ هـ . الارشاد وقت
الازمات . الادارة العامة للتعليم تبوك . السعودية

- غز. هناء محمد احمد ١٤٣٤هـ (٢٠١٣) . معوقات تحقيق اهداف الارشاد الاكاديمي
ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها . جامعة ام القرى . السعودية .

- وحدة الدعم الطلابي . ب ت . اللائحة التنظيمية للإرشاد الاكاديمي . كلية الفارابي
الاهلية .

- قطامش . احمد عادل و الزداهمة . محمد خلف و عطية. محمد رافت و ابو معال.
محمد عبد الفتاح ١٤٣٦هـ ٢٠١٥ الارشاد الاكاديمي بجامعة حائل دليل الطلاب
والطالبات الدليل الاجرائي للإرشاد الاكاديمي . جامعة حائل . السعودية

- المهدي. سوزان محمد (٢٠٠٢ م). بعض مشكلات طلاب المرحلة الجامعية في
مصر والسعودية.

- موسى. فاروق عبدالفتاح (١٩٨٥ م). أسس السلوك الانساني. الرياض. دار عالم
الكتب للنشر والتوزيع.

- العامود . عبدالمحسن متعب (٢٠٠٤ م). اثر الارشاد النفسي في تعديل الشخصية
الانطوائية لدى طلاب المرحلة الاعدادية. دراسة تجريبية. رسالة ماجستير (غير
منشورة). جامعة البصرة - كلية التربية.

- راجح. أحمد عزت (١٩٧٠). أصول علم النفس. مصر. المكتب المصري الحديث
للنشر .

- جوامير. جوان خسرو (٢٠١١ م). أثر برنامج ارشادي معرفي في تعديل سلوك
المخاطرة لدى طالبات المرحلة الاعدادية. رسالة ماجستير (غير منشورة). كلية التربية.
ابن رشد. جامعة بغداد .

- راديف (١٩٨١). التوجيه والارشاد. ترجمة محمد علي. دار النشر. القاهرة .

- حسين. طه عبدالعظيم (٢٠٠٨). الارشاد النفسي. النظرية - التطبيق - التكنولوجيا.
ط٢. عمان. الاردن .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

– الرشيدى . بشير صالح والراشد علي سهيل (٢٠٠٠) . مقدمة في الإرشاد النفسي . ط
١ . مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع . الكويت .

- Melbourne .Dale S.1994. An of Influences of Gender. Race and age on Student Preferences for the Delivery of Academic Advising Services Dissertation Abstracts International – A.55(10) :3107
- Golan “N” (1978) Tfcatment in Grisis Station. New York: Free Press .
- Wanda (2005). stress on the college campus .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

الدعم الاجتماعي المدرك وعلاقته بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة

بحث مستل من رسالة ماجستير

بكر محمد جاسم خميس

أ. د لطيفة ماجد محمود

جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الانسانية

mashgsst@gmail.com

dr.latifamajed90@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي المدرك . الاستمتاع بالحياة . طلبة الجامعة

الملخص

يهدف البحث الحالي تعرف الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية تعرف الفروق في الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس (الذكور - الاناث) والتخصص (العلمي - الانساني) وتقويم دلالاته الاحصائية تعرف الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية تعرف الفروق في الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس (الذكور - الاناث) والتخصص (العلمي - الانساني) وتقويم دلالاته الاحصائية وتعرف العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك و الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية ودرجة إسهام الدعم الاجتماعي المدرك بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية .ولتحقيق هذه الاهداف فقد تبنى الباحثان مقياس (الرشيدي.٢٠١٨) المعد على وفق نظرية لازروس (١٩٦٦) لقياس الدعم الاجتماعي المدرك وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس .

اما الاداة الثانية. فقد قام الباحثان ببناء مقياس الاستمتاع بالحياة على وفق نظرية لازروس (١٩٨٠) بعد ان اتبعت الخطوات العلمية في بنائه. وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس . وطبق المقياسان على عينة تألفت من (٦٠٠) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية من اربع كليات هي (كلية التربية للعلوم الانسانية. كلية العلوم الاسلامية. كلية العلوم الصرفة. كلية العلوم) في جامعة ديالى. وتم معالجة بيانات البحث إحصائيا بأستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة .وبهذ خرج البحث الحالي مجموعة من النتائج والتوصيات والمقترحات.



Perceived Social Support and its Relationship to Enjoying life among University Students

Bakir Mohammed Jasim Khamees

Supervised by

Prof. Lateefa Majid Mahmood (Ph.D.)

Abstract

The current research aims to identify perceived social support among university students and evaluate its statistical significance. Identify the differences in perceived social support among university students according to the variables of sex (male - female) and specialization (scientific - human) and evaluate its statistical significance. Define enjoyment of life for university students and evaluate its statistical significance. Identify the differences In enjoying life among university students according to the heterosexual (male - female) and specialization(Scientific - Human) and evaluate its statistical significance and define the relationship between perceived social support and enjoyment of life among university students. evaluate its statistical significance and the degree of contribution of perceived social support to enjoy life among university students and evaluate its statistical significance. To achieve these goals. the researchers adopted the scale (Al-Rashidi. 2018) According to the Lazarus theory (1966) for measuring perceived social support. the psychometric properties of the scale were verified.

As for the second tool. the two researchers built the scale of enjoyment of life according to the Lazros theory (1980) after



scientific steps were followed in its construction. and the psychometric properties of the scale were verified. The two scales were applied to a sample consisting of (600) male and female students chosen by random stratification method from four colleges (College of Education for Human Sciences. College of Islamic Sciences. College of Pure Sciences. College of Science) at the University of Diyala. and the research data were processed statistically using appropriate statistical methods. With this. the current research came out with a set of results. recommendations and proposals.

مشكلة البحث

ركزت الدراسات النفسية في الآونة الأخيرة على السمات الشخصية الانسان ومدى تأثير العلاقات الاجتماعية عليها. نظرا لأننا نعيش في عصر الضغوط والتوتر والصراع. وان التغيرات التي تنتج عنها في حياة الانسان . لم تكن مجرد تغيرات عادية او بسيطة. بل تغيرات خطيرة ومعقدة. وهذا ما أدى الى شعور الانسان بالحاجة للدعم الاجتماعي. والذي يعد محكاً مهماً للاستمتاع الانسان بالحياة .

يعد طلبة الشباب الواعي المثقف. والطاقة التي عن طريقها يتحقق التغيير والبناء والتقدم. لذا ينبغي ان ينال الطالب الجامعي غاياته وأهدافه بما يكفل له بناء شخصيته بجميع جوانبها؛ فضلاً عما تفرضه المرحلة الجامعية من مطالب وتحديات قد تؤدي به الى الاحساس بالفشل في مواجهتها. ومن ثم ظهور الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية (مسير. ٢٠١٨: ١٧٥).

لذا يأتي البحث الحالي ليتعرف على الدعم الاجتماعي المدرك علاقته بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة .

اهمية البحث



وتنطلق أهمية الدعم الاجتماعي من ان الانسان اجتماعي بطبعه. دائم التفاعل مع من حوله في السراء والضراء. ومن ثم فهو بحاجة إلى الدعم في جميع الحالات والمواقف التي يعيشها. فهو لا يستطيع العيش بمعزل عن الآخرين لأنه مفطور على الفطرة الاجتماعية منذ صغره. من خلال الاتصال بالآخرين عند الحاجة إليهم. وعلى تبادل المنفعة معهم . وهو عن طريق هذا الاجتماع سوف يتبادل القيم والأفكار والمشاعر. ويتلقى من الآخرين التقدير والاحترام . عندها سوف يكون صورة معرفية عنهم . ويبدأ بعملية المقارنة بين سلوكه الاجتماعي معه سابقا وحاليا . عندئذ سوف يدرك من أي فرد من الافراد من حوله سوف يطلب الدعم والمساعدة . وهذا ما يطلق عليه بالدعم الاجتماعي المدرك (عباس. ٢٠١٦: ٢٩).

لقد حظي الدعم الاجتماعي المدرك باهتمام العديد في مجال علم النفس وعلم الاجتماع. اعتمادا على مسلمة مفادها بان الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي اليها (الاسرة. الأصدقاء والآخرين) في البيت والدراسة والعمل والنوادي والمواقف الأخرى. يقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها (مخير. ١٩٩٧: ١٢٢)

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي تعرف

- ١-الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية .
- ٢-الفروق في الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص وتقويم دلالاته الاحصائية .
- ٣-الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية .
- ٤-الفروق في الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص وتقويم دلالاته الاحصائية .
- ٥-تعرف العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك و الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية.
- ٦- درجة إسهام الدعم الاجتماعي المدرك بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية .

حدود البحث



يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى (ذكور - اناث) ومن كلا التخصص
(العلمي - الانساني) وللدراسة الاولى الصباحية فقط للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠)
(

تحديد المصطلحات

اولا- الدعم الاجتماعي المدرك (The Perceived Social Support): عرفه

١- لازاروس (Lazarus ١٩٨٨).: هو مدى إدراك الفرد لوجود دعم ومساعدة
مادية او معنوية يتلقاها سواء من افراد اسرته او أصدقائه او الآخرين في مواقف السراء
والضراء (Lazarus.1988: 2)

يتبنى البحث الحالي تعريف لازاروس (Lazarus ١٩٨٨). بوصفه تعريفا نظريا
لمتغير الدعم الاجتماعي المدرك.

ويعرف الدعم الاجتماعي المدرك اجرائيا: بأنه الدرجة الكلية التي سيحصل عليها
الطالب الجامعي على المقياس المتبني في البحث الحالي.

ثانيا- الاستمتاع بالحياة (Enjoying life): عرفه

١- لازاروس (Lazarus. 1980).: بأنه الكيفية التي يختبر بها الافراد نوعية

حياتهم .وذلك من خلال مجموعة الاستجابات او ردود الافعال الانفعالية التي يتبنوها
لمواجهة الضغوط التي يواجهونها في حياتهم ليحصلوا في النهاية على مصادر الرضا
والارتياح والتي تجلب لهم الاحساس بالمتعة (Lazarus.1980:42).

ويتبنى البحث الحالي تعريف لازاروس (Lazarus. 1980) بوصفه تعريفا
نظريا لمتغير الاستمتاع بالحياة.

ويعرف الاستمتاع بالحياة اجرائيا: بأنه الدرجة الكلية التي سيحصل عليها
الطالب الجامعي على المقياس المعد في البحث الحالي.

اطار نظري

اولا- الدعم الاجتماعي المدرك (The Perceived Social Support):



لقد أكد (لازاروس) بان للدعم الاجتماعي المدرك دورا مهما في شعور الفرد بالاستمتاع بالحياة. اذ ينتقل الفرد عدة مراحل الى ان يحصل على الاستمتاع. واولهما السعادة. ثم الرضا عن الحياة. ويليهما البهجة والسرور. وأخيرا يتكون لدى الفرد الإحساس بالاستمتاع بالحياة الناتج من قدرته على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفاعلية. لذا فان مفهوم الاستمتاع بالحياة يعد من المشاعر الراقية والسامية. وهو أيضا انفعال وجداني إيجابي. لان الانسان ما زال ينشده باعتباره من اهم الغايات والإشاعات الأساسية لديه (Hoffman. 2006: ١٨٨).

ويشير لازاروس الى مفهوم الدعم الاجتماعي المدرك (Lazarus ١٩٨٨). الى إدراك الفرد لوجود دعم ومساعدة مادية او معنوية يتلقاها سواء من افراد أسرته او أصدقائه او الاخرين في مواقف السراء والضراء (Lazarus.1988:21).

لذا فقد حدد (لازاروس وفوكمان. ١٩٨٤) ثلاثة أنواع من الدعم الاجتماعي. والتي أكدا بأن لها دور بارز في تخلص الافراد من الضغوط. وهي:

١- **الدعم الاجتماعي الاسري (Family social support):** ولقد عرف بانه رضا الفرد عن الدعم المادي والمعنوي الذي يقدم من قبل الاسرة التي تقف بجانبه عند الحاجة إليهم (Lazarus & Folkman . 1984: 16) ..

٢- **الدعم الاجتماعي من الاصدقاء (Social support from friends):** ولقد عرف بانه مدى حصول الدعم من قبل جماعة الأصدقاء المتشابهين معه في بعض الجوانب مثل المهارة والمستوى العلمي والسن والوضع الاقتصادي. كما ويشير دعم الأصدقاء الى انه يكون متلازما مع دور الدعم الاسري (Lazarus & Folkman . 1988: 24).

٣- **الدعم الاجتماعي من الاخرين (Social support from others):** ولقد عرف بانه إدراك الافراد للشبكات الاجتماعية باعتبارها الأطر التي تشتمل على الافراد الذين يثقون فيهم ويستندون الى علاقاتهم معهم (Lazarus & Folkman . 1988: 26).

ثانياً - الاستمتاع بالحياة (Enjoying life):

ويعد العالم النفسي " ريتشارد لازاروس " (Richard Lazarus) رائد هذه النظرية. والتي سميت أيضا بنظرية " التقدير المعرفي في الضغوط". والتي تشير الى مواجهة الفرد لمتطلبات النمو والتطور (Chen & Lazarus.1980:150).



فالضغط وفقا لنموذج لازاروس هو اية قوة او متغير يشكل عبئا على الجسم (سواء كان هذا المتغير فسلجيا ام اجتماعيا ام نفسيا) والاستجابة له. وان ردود الفعل لهذا الضغط تعتمد على كيفية تفسير الفرد او تقييمه لمدى الأذى او التهديد الذي يواجهه. والذي يؤدي به الى الشعور بعدم الارتياح (الحلو . ١٩٨٩ : ٢٧).

ان اول ما حاول " لازاروس " تفسيره من خلال نظريته المعرفية هو كيفية دراسة المشاعر الإيجابية؛ بعدها واحدة من أساليب مواجهة الحياة . على سبيل المثال. السعادة والرفاهية والاستمتاع بالحياة. وما هي الأشياء الإيجابية التي تجعل من الحياة أكثر فاعلية (Nettle.2005:27).

كما وأشار " لازاروس " بأننا نشعر بالسعادة عندما نعتقد بأننا نحرز تقدماً معقولاً نحو تحقيق أهدافنا. لأنها تعطي معنى وبناءً لحياتنا. وعندما نتوصل الى الشعور بالسعادة فسوف نحقق كفاءتنا الذاتية. والمتعة. والراحة البدنية. ومن ثم سنكون متحفزين ونحو العمل والابداع. ولا يتوقف الامر لهذا الحد. اذ اننا نستطيع معرفة مدى تمتعنا بالصحة النفسية لان مواجهتنا للضغوط النفسية بنجاح. ستدعم شعورنا بالهناء والاستقرار والطمأنينة. وستشعرنا بالقوة وأن هناك معنى لحياتنا. لذا فمن المؤسف أن نضيع كل لحظة من لحظاتها الجميلة من دون ان نفكر بالاستمتاع بها (صالح . ٢٠١٣ :

ويمكن تلخيص مقومات الاستمتاع بالحياة بالآتي :

١ - **السعادة (Happiness) :** تحقيق تقدم معقول نحو تحقيق الاهداف . أو المسعى الذي يرغب الفرد بالوصول اليه. فلقد اثبتت العديد من الدراسات التي قام بها لازاروس وزملائه بان السعادة كانت مرتبطة بشكل إيجابي بالصحة. والتعليم. والدخل. والعرق. والزواج. والاتصالات الاجتماعية. والعمل. والمشاركة في المنظمات. وهي وترتبط سلباً بالعمر؛ وبالجنس (Folkman & Lazarus. 1980: 221).

٢ - **الرضا عن الحياة (Life satisfaction) :** فقد أشار " لازاروس " بانها الحالة العقلية او الدرجة التي يقيم بها الشخص بشكل إيجابي للجودة الشاملة لحياته". وفي الواقع. يعتمد الرضا بشكل كبير على نتيجة الأداء؛ وهو يعتمد أيضاً على التوقعات المتعلقة بنتيجة الأداء. ومن المرجح أن ينظر الأشخاص ذوو التوقعات الأقل اداء بارتياح ومتعة أكثر من الأشخاص ذوي التوقعات العالية. ومن المرجح أيضا أن تؤدي



التوقعات المرتفعة جداً إلى تعزيز تقييم الشخص لأدائه أو مشاعره الجيدة التي قد تكون مشتقة منه (Folkman & Lazarus.1980:222).

٣ - الرفاه الشخصي (Personal well-being): يقصد به " تجربة من الصحة والسعادة والازدهار. والذي يشمل مدى توافر الصحة العقلية السليمة والرضا عن الحياة والشعور بمعنى الحياة مع القدرة على إدارة الضغوط" (Taylor.2001:26).

منهجية البحث وإجراءاته

مجتمع البحث

ويحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الدراسات الأولية (الصباحية) في كليات جامعة ديالى من كلا الجنسين (ذكور-إناث) والتخصصين العلمي والانساني للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) اذ بلغ عدد الطلبة (١٨٣٥٨) طالبا وطالبة. بواقع (٧٧٤١) طالباً. و(١٠٦١٧) موزعين بحسب التخصص (انساني-علمي) والجنس (ذكور-إناث) اذ بلغ عدد الطلبة الذكور للتخصص الانساني (٤١٢٨) طالبا. وعدد الطالبات للتخصص الانساني (٦٤٢٥) طالبة. اما عدد الطلبة الذكور للتخصص العلمي (٣٦١٣) طالبا. في حين بلغ عدد الطالبات من التخصص العلمي (٤١٩٢) طالبة.

عينه البحث

واختيرت عينة البحث الحالي من المجتمع الاصلي للبحث من اربع كليات هي (كلية التربية للعلوم الصرفة. كلية العلوم. كلية التربية للعلوم الانسانية. كلية العلوم الاسلامية) بالطريقة العشوائي المتناسبة. كما في الجدول (١)

الجدول (١)

عينة البحث موزع على وفق الجنس والتخصص

التخصص	الكلية	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	إناث	
	التربية للعلوم الصرفة	٣٧	٥١	٨٨
	العلوم	٥١	٧١	١٢٢



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

العلمي	مجموع العلمي	٨٨	١٢٢	٢١٠
الانساني	التربية للعلوم الإنسانية	١٥٧	١٤٧	٢٥٤
	العلوم الإسلامية	٥٧	٧٩	١٣٦
	مجموع الانساني	١٦٤	٢٢٦	٣٩٠
	المجموع الكلي	٢٥٢	٣٤٨	٦٠٠

ادوات البحث

١- مقياس الدعم الاجتماعي المدرك:

اعتمد الباحثان على مقياس (الرشيدي. ٢٠١٨) المعد على وفق نظرية العالم لازاروس (Lazarus.1966) بانه مدى ادراك الفرد لوجود دعم ومساعدة مادية ومعنوية يتلقاها سواء من أفراد العائلة أو الأصدقاء أو آخرون من الناس في مواقف السراء والضراء. الذي يتكون من (١٢) فقرة وموزعه على ثلاثة مجالات هي .

١-العائلة: هو رضا الفرد عن الدعم المادي والمعنوي الذي يقدم من قبل الأسرة التي تقف بجانبه عند الحاجة إليهم (Lazarus.1984).

٢-الأصدقاء: هو مدى حصول الدعم من قبل جماعة الاصدقاء المتشابهين في بعض الجوانب مثل المهارة والمستوى العلمي والسن والوضع الاقتصادي. كما ويشير دعم الأصدقاء الى انه يكون متلازما مع دور الدعم الأسري (Lazarus.1988).

٣-الأخرون: هو إدراك الأفراد للشبكات الاجتماعية باعتبارها الاطر التي تشتمل على الافراد الذين يثقون فيهم ويستندون على علاقاتهم معهم (Lazarus.1988).



٢- مقياس الاستمتاع بالحياة

قام الباحثان ببناء مقياس الاستمتاع بالحياة واعتمد الباحثان على نظريه (لأزروس) (Lazarus.1980). يشير لازروس (Lazarus.1980) الى ان مفهوم الاستمتاع بالحياة هو الكيفية التي يختبر بها الافراد نوعية حياتهم. وذلك من خلال مجموعة الاستجابات او ردود الافعال الانفعالية التي يتبنوها لمواجهة الضغوط التي يواجهونها في حياتهم ليحصلوا في النهاية على مصادر الرضا والارتياح والتي تجلب لهم الاحساس بالمتعة (Lazarus.1980:42). وقد تم صياغة فقرات المقياس (٤٢) فقرة بشكل اولي وبما يغطي مجالي مقياس الاستمتاع بالحياة مع اعداد تعليمات المقياس وتوضيح الاجابة للمقياس وتم تصحيح المقياس خمسة بدائل هي (تنطبق علي بشدة. تنطبق علي كثيرا. تنطبق علي احيانا. تنطبق علي نادرا. لا تنطبق علي)

مجالات المقياس الاستمتاع بالحياة

- ١- السعادة: هي تحقيق تقدم معقول نحو تحقيق الاهداف.
- ٢- الرضا: هو الحالة العقلية او الدرجة التي يقيم بها الشخص بشكل ايجابي للجودة الشاملة لحياته.
- ٣- الرفاه الشخصي: هو تجربة الصحة والسعادة والازدهار ويشمل وجود الصحة العقلية الجيدة والرضا عن الحياة والشعور بالمعنى والقدرة على ادارة الاجهاد والضغوط.

صلاحية الفقرات والمجالات

تم عرض فقرات المقياس ومجالاتهما على مجموعة من الخبراء والمحكمين في مجال العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم والبالغ عددهم (٢٥) محكماً وقد وافق المحكمون على فقرات المقياسين .

العينة استطلاعية

قام الباحثان بتطبيق مقياسي البحث الحالي على عينة من طلبة الجامعة بلغت (٣٠) لغرض التأكد من وضوح الفقرات والتعليمات وقد تبين ان جميع الفقرات واضحة



وأيضاً التعليمات . وكانت مدة التطبيق تتراوح بين (٣-٥) دقيقة. بمتوسط حسابي (٤) دقيقة

• التحليل الإحصائي للفقرات مقياس الدعم الاجتماعي المدرك

وبعد تطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٦٠٠) طالبا وطالبة من كليات الجامعة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتسبه.

أ - القوة التمييزية لفقرات مقياس الدعم الاجتماعي المدرك :

• المجموعتان المتطرفتان (Extreme Groups Method):

أ- تطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٦٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة ومن ثم حساب الدرجة الكلية لكل استمارة.

ب- ترتيب الاستمارات تنازلياً بحسب درجتها الكلية من الأعلى إلى الأدنى.

ج- تعيين (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات و(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات واللذان يمثلان مجموعتان بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Anastasia.1976: 208). إذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (١٦٢) استمارة و تم تطبيق الاختبار التائي (T. Test) لعينتين مستقلتين والجدول (٢)وضح ذلك

الجدول (٢)

قيم القوة التمييزية لفقرات مقياس الدعم الاجتماعي المدرك

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة t
	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين	
١	4.9753	0.15566	4.0864	1.2127	9.253
٢	4.8086	0.46670	3.6234	1.2361	١١,٤١٦
٣	4.1296	0.97254	2.7160	1.2534	١١,٣٤١
٤	4.7283	0.57941	3.3518	1.2182	١٢,٩٨٨
٥	4.5061	0.68929	2.8271	1.0430	١٧,٠٩٣
٦	4.3456	0.79845	2.4876	1.1103	١٧,٢٩٢
٧	4.8333	0.44929	3.0493	1.1993	١٧,٧٢٨
٨	4.4321	0.80276	2.6481	1.2028	١٥,٧٠١
٩	4.6913	0.63328	3.0617	1.4689	١٢,٩٦٧
١٠	4.5370	0.61188	2.6728	1.0738	١٩,١٩٨
١١	4.3703	0.72992	3.1851	1.1541	١١,٠٤٧
١٢	4.3642	0.78619	3.24691	1.1424	١٠,٢٥٤

*قيمة (ت) الجدولية تساوي (١,٩٦) عند درجة حرية (٣٢٢) وبدلالة (٠,٠٥).

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس الدعم الاجتماعي المدرك



تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها لل فقرات والبالغة (٦٠٠) طالبا وطالبة. فتبين أنَّ جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً ذا دلالة إحصائية عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط والبالغة (0.098) وبدرجة حرية (٥٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥). والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك

رقم الفقرة	الارتباط عند مستوى دلالة ٠,٠٥	
١	٠,٥١٣	دالة
٢	٠,٥٢٤	دالة
٣	٠,٤٧٧	دالة
٤	٠,٥٥٩	دالة
٥	٠,٦٤١	دالة
٦	٠,٦١٤	دالة
٧	٠,٦٤٤	دالة
٨	٠,٦٠٧	دالة
٩	٠,٥٤٦	دالة
١٠	٠,٦٦٥	دالة
١١	٠,٤٤٤	دالة
١٢	٠,٤٣٦	دالة

وبموجب معيار القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية فإن جميع فقرات المقياس استبقيت ولم يتم حذف اي منها.

• حساب الخصائص القياسية (السيكو مترية) لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك:

١: صدق المقياس : scale validity

أعتمد الباحثان الى التحقق من صدق المقياس للبحث الحالي باستعمال مؤشرين للصدق هما: الصدق الظاهري. وصدق البناء وعلى النحو التالي:

أ - الصدق الظاهري: face validity



تحقق الباحثان من المقياس من خلال عرضه على لجنة من المحكمين والمختصين والبالغ عددهم (٢٥) في مجال العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم والبالغ (١٢) فقرة . وحصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق اكثر من (٨٠%) وللتحقق من صلاحية كل فقرة في ضوء آراء المحكمين بقي عدد الفقرات لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك (١٢) فقره

ب - صدق البناء : (construct validity)

تم تحقق من هذا النوع الصدق من خلال ايجاد العلاقة بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وقد اثبت التحليل ان الفقرات جميعها مميزة. وتم استخراج صدق البناء من خلال التحليل العاملي الاستكشافي والتحليل العاملي التوكيدي.

ثانيا: ثبات المقياس Scale Reliability :

الاثبات يعد من الخصائص المهمة في المقياس الجيد. (عودة. ١٩٩٨ : ٢٣٥).

١- طريقة معادله الفا كرو نباخ Alpha Cornbrash :

اعتمد الباحثان هذه الطريقة في استخراج الثبات على تطبيق معادله الفا كرو نباخ. (عبد الرحمن. ١٩٨٩ : ١٧٢-١٧٣) وتم الاعتماد على درجات افراد عينة حجمها (١٠٠) طالب وطالبة وكانت قيمه معامل الثبات للمقياس .

١-مقياس الدعم الاجتماعي المدرك (٠,٧٠٢)

٣-مقياس الاستمتاع بالحياة (٠,٨٩٨)

٢- طريقة اعادة الاختبار Test Retest Method :

اعتمد الباحثان طريقة اعادة الاختبار التي تؤشر التجانس الخارجي (السيد. ١٩٧٩ : ٥١٩). وقد بلغ عدد افراد تلك العينة (١٠٠) طالب وطالبة .وبعد مرور فتره زمنية معينة تم تطبيقه مرة ثانية . بعدها قام الباحثان بحساب الثبات من خلال استعمال قانون ارتباط بيرسون بين التطبيقين لكل مقياس فظهرت النتائج الاتية :

١- مقياس الدعم الاجتماعي (٠,٨٢)

٢-مقياس الاستمتاع بالحياة (٠,٨٩٦)

• مقياس الدعم الاجتماعي المدرك بصيغته النهائية .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٣-٢٤/٢٠٢٠)

يتكون مقياس الدعم الاجتماعي المدرك الذي تبناه الباحثان في هذا البحث بصورته النهائية من (١٢) فقرة لذلك تم استخراج المؤشرات الاحصائية لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك لعينة التحليل الاحصائي والبالغ عددها (٦٠٠) طالبا وطالبة.

التحليل الاحصائي لفقرات الاستمتاع بالحياة

وقد اختيرت عينة مكونة من (٦٠٠) طالب وطالبة من جامعة ديالى (كلية التربية الاساسية . كلية القانون . كلية الزراعة . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) وبالطريقة العشوائية المتناسب . وبواقع (٢١٠) طالب وطالبة للتخصص العلمي و(٣٩٠) طالب وطالبة للتخصص الانساني.

أ- القوة التمييزية لفقرات مقياس الاستمتاع بالحياة

الجدول (٤)

قيمة القوة التمييزية لفقرات مقياس الاستمتاع بالحياة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة t	الدلالة عند مستوى 0.05
	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين		
١	4.493827	0.724435	3.228395	1.047177	12.649	دالة
٢	3.969136	0.829748	2.790123	1.042167	11.265	دالة
٣	4.376543	0.811527	3.08642	1.082871	12.135	دالة
٤	4.166667	0.960396	2.987654	1.168891	9.919	دالة
٥	4.074074	1.030923	2.864198	1.253597	9.488	دالة
٦	3.876543	1.1992	2.734568	1.368652	7.988	دالة
٧	2.265432	1.289196	2.493827	1.324621	1.573-	غير دالة
٨	4.006173	1.111749	2.932099	1.016183	9.076	دالة
٩	4.228395	0.828639	2.648148	0.999827	15.489	دالة
١٠	4.259259	0.823231	2.907407	0.840035	14.629	دالة
١١	2.919753	1.351229	2.82716	1.182587	0.656	غير دالة
١٢	4.679012	0.636902	3.932099	1.06978	7.636	دالة
١٣	4.598765	0.751478	3.12963	1.261661	12.733	دالة
١٤	4.709877	0.656379	3.518519	1.093301	11.891	دالة
١٥	4.425926	0.770622	2.907407	1.038427	14.946	دالة
١٦	4.333333	0.965234	3.037037	1.332298	10.029	دالة
١٧	4.611111	0.652277	3.401235	0.999751	12.900	دالة
١٨	4.716049	0.528318	3.851852	0.947191	10.142	دالة



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

دالة	9.069	0.971095	3.839506	0.682271	4.685185	١٩
دالة	3.203	1.243602	3.006173	1.388509	3.475309	٢٠
دالة	7.335	1.060276	2.993827	1.178511	3.907407	٢١
دالة	13.122	1.160744	3.401235	0.528318	4.716049	٢٢
دالة	11.478	1.145834	3.061728	0.810109	4.32716	٢٣
دالة	3.981	1.369492	2.919753	1.36596	3.524691	٢٤
دالة	12.521	1.16218	3.419753	0.5801	4.697531	٢٥
دالة	12.420	1.17367	3.296296	0.661731	4.611111	٢٦
دالة	13.385	1.141207	2.802469	0.865372	4.308642	٢٧
دالة	9.156	1.081755	3.524691	0.773973	4.481481	٢٨
غير دالة	1.766	1.104761	3.166667	1.394956	3.41358	٢٩
دالة	10.224	1.210465	3.024691	0.934579	4.253086	٣٠
دالة	14.668	1.100362	2.716049	0.853595	4.320988	٣١
دالة	14.197	1.100153	2.790123	0.87489	4.358025	٣٢
دالة	13.340	1.098479	3.382716	0.555383	4.67284	٣٣
دالة	13.951	1.117528	2.808642	0.799629	4.314815	٣٤
دالة	13.167	1.076051	3.098765	0.730864	4.444444	٣٥
دالة	13.288	1.154634	3.345679	0.599056	4.703704	٣٦
دالة	14.094	1.07064	3.228395	0.642685	4.611111	٣٧
دالة	7.030	1.091915	2.919753	1.182344	3.808642	٣٨
دالة	2.191	1.187392	3.006173	1.390537	3.320988	٣٩
دالة	3.064	1.134941	3.061728	1.357005	3.487654	٤٠
غير دالة	٦٤٩٠.	1.117322	3.006173	1.432584	3.098765	٤١
دالة	٨,٥٧٦	1.189763	2.975309	1.219742	4.123457	٤٢

القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (٣٢٢) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (1.960)

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاستمتاع بالحياة

تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها لل فقرات والبالغة (٦٠٠) فردًا فتبين أنَّ جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطًا ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥). والجدول (٥) يوضح ذلك .

الجدول (٥)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاستمتاع بالحياة



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الارتباط عند مستوى دلالة ٠,٠٥	قيمة ر المحسوبة	الارتباط عند مستوى دلالة ٠,٠٥	قيمة ر المحسوبة	الارتباط عند مستوى دلالة ٠,٠٥	قيمة ر المحسوبة
دالة	0.114	٢٩	دالة	٠,٦٠٢	١٥
دالة	0.456	٣٠	دالة	٠,٤٥٣	١٦
دالة	0.574	٣١	دالة	٠,٤٩٣	١٧
دالة	0.561	٣٢	دالة	٠,٤٠٧	١٨
دالة	0.571	٣٣	دالة	٠,٣٩٢	١٩
دالة	0.608	٣٤	دالة	٠,١٤١	٢٠
دالة	0.513	٣٥	دالة	٠,٢٩٠	٢١
دالة	0.539	٣٦	دالة	٠,٥٥٧	٢٢
دالة	0.582	٣٧	دالة	٠,٥٣٣	٢٣
دالة	0.292	٣٨	دالة	٠,١٥٩	٢٤
دالة	0.141	٣٩	دالة	0.590	٢٥
دالة	0.179	٤٠	دالة	0.583	٢٦
غير دالة	0.010	٤١	دالة	0.555	٢٧
دالة	0.393	٤٢	دالة	0.406	٢٨

علما ان قيمة (ر) الجدولية هي (٠,٠٩٨) بدرجة حرية (٥٩٨) لمستوى دلالة (٠,٠٥) وبموجب معيار القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي فإن جميع فقرات المقياس استبقيت عدا الفقرات (٧-١١-٢٩-٤١) وبالتالي فان عدد الفقرات التي استبقيت هي ٣٨ فقرة خضعت للتحليل العاملي الاستكشافي .

مقياس الاستمتاع بالحياة بصيغته النهائية

بعد استبعاد الفقرات التي سقطت في التحليل الاحصائي وبالتالي اصبح المقياس مكون من (٣٧) فقره وقد وضع للمقياس (٥) بدائل (تنطبق علي بشدة. تنطبق علي كثيراً. تنطبق علي أحياناً. تنطبق علي نادراً. لا تنطبق علي) وتكون درجات تصحيحها تنازلياً (١,٢,٣,٤,٥) وكانت اعلى درجة يحصل عليها المستجيب (١٨١) واقل درجة هي (٤٥) وبمتوسط فرضي (١١١) وقد استخرجت له الخصائص السايكو مترية للمقياسين .



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

الجدول (٧)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الدعم

القيمة	المؤشرات الإحصائية
46.8083	الوسط الحسابي MEAN
48.0000	الوسيط Median
47.00	المنوال Mode
7.46734	الانحراف المعياري Std. Deviation
55.761	التباين Variance
-1.012-	معامل الالتواء Skewness
1.879	معامل التفرطح Kurtosis
48.00	المدى Range
12.00	أقل قيمة Minimum
60.00	أكبر قيمة Maximum
600	العدد

الجدول (٦)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الاستمتاع بالحياة
الاجتماعي المدرك

القيمة	المؤشرات الإحصائية
137.8483	الوسط الحسابي MEAN
140.0000	الوسيط Median
141.00	المنوال Mode
18.29188	الانحراف المعياري Std. Deviation
334.593	التباين Variance
-.788-	معامل الالتواء Skewness
2.119	معامل التفرطح Kurtosis
136.00	المدى Range
45.00	أقل قيمة Minimum
181.00	أكبر قيمة Maximum
600	العدد

الوسائل الإحصائية

١- اختبار التائي لعينة واحدة : $t - test$: تعرف على مستوى الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة لدى عينه البحث الحالي .

٢- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين : $t - test$: وذلك

*لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة.

*للمقارنة بين درجات الطلبة بحسب (الجنس. التخصص) في الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة.



٣- معامل الفا - كرو نباخ : لحساب ثبات مقياسي الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة.

٤- معامل ارتباط بيرسون :

* استخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة .

* علاقة الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة .

٥- التحليل العاملي الاستكشافي : للتحقق من صدق البناء و البنية العاملية لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة .

٦- التحليل العاملي التوكيدي : وذلك من اجل التأكد من صحة النموذج النظري المتبنى ودرجة صلاحية الدعم الاجتماعي المدرك .

٧- تحليل الانحدار المتعدد : وذلك لقياس درجة إسهام الدعم الاجتماعي المدرك في الاستمتاع بالحياة من الجنس والتخصص .

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها .

يتضمن هذا الفصل عرا لنتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها بحسب اهدافه على وفق الاطار النظري والدراسات السابقة فضلا عن الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات. وفيما يلي عرض للنتائج التي توصل اليها البحث في ضوء الاهداف.

الهدف الاول: التعرف الى الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية.

لقد اظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الدعم الاجتماعي المدرك على عينة البحث التطبيقية البالغة (٦٠٠) طالبا وطالبة ان متوسط درجات الدعم الاجتماعي المدرك لدى الطلبة المشمولين بالبحث هو (٤٦,٨٠٨٣) بانحراف معياري مقداره (٧,٤٦٧) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٣٦). يلاحظ انه اكبر من المتوسط الفرضي للمقياس. وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة (البياتي واثناسيوس ١٩٧٧ : ٢٥٤) تبين انه ذي دلالة



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

معنوية عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٩٨) كما يوضح الجدول (٨).
الجدول (٨)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الدعم الاجتماعي المدرك

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
الدعم الاجتماعي المدرك	٤٦,٨٠٨٣	٧,٤٦٧	٣٦	٣٥,٥٥	دالة

مما يشير إلى ان عينة الطلبة تتمتع بالدعم الاجتماعي المدرك. علما ان القيمة الجدولية للاختبار التائي تبلغ (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨). وقد يعزى سبب ذلك على وفق نظرية لازروس (Lazarus. 1966) إلى أن الطلاب يتلقون دعم اجتماعي من الاسرة والاصدقاء والآخرين وطبيعة العلاقات الاجتماعية التي يتمتع بها الطالب. خاصة ان الجامعة تضم ثقافات مختلفة فضلا عن النظرة الايجابية للطلاب الجامعي والدور الايجابي الذي يقوم به (عبد العزيز. ٢٠١٠: ٢٠٠).

الهدف الثاني : التعرف على الفروق في الدعم الاجتماعي المدرك عند طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس (الذكور- الاناث) والتخصص (العلمي - الانساني) وتقويم دلالاته الاحصائية.

أ-الجنس (الذكور - الاناث)

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقارنة بين درجة الطلبة بحسب متغير الجنس في الدعم الاجتماعي المدرك إذ كانت القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (٥٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥). مما يشير إلى انه ليس هناك فروق في الدعم الاجتماعي المدرك بين الطلبة الذكور والاناث والجدول (٩) يوضح ذلك.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الجدول (٩)

نتائج الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين متوسط درجات مقياس الدعم الاجتماعي المدرك تبعا لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
الذكور	252	46.3413	7.97073	١,٣٠٥	١,٩٦	غير دالة
الاناث	348	47.1466	7.07301			

تشير هذه النتيجة بأنه ليس هناك فروق في الدعم الاجتماعي المدرك بين طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور – اناث) والسبب في عدم وجود فروق بين الذكور والاناث يعود الى الظروف المتشابهة التي يمرون بها واساليب التنشئة الاجتماعية التي لم تعد تميز بين الذكور والاناث.

ب- التخصص (العلمي – الانساني)

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقارنة بين درجة الطلبة بحسب متغير التخصص الدراسي في الدعم الاجتماعي المدرك إذ كانت القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (٥٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥). مما يشير إلى انه ليس هناك فروق في الدعم الاجتماعي المدرك بين الطلبة ذوي التخصص العلمي والانساني والجدول (١٠) يوضح ذلك.

الجدول (١٠)

نتائج الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين متوسط درجات الدعم الاجتماعي المدرك تبعا لمتغير التخصص الدراسي

التخصص الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
العلمي	210	46.3571	7.51210	١,٠٨٣	١,٩٦	دالة
انساني	390	47.0513	7.44146			

وتشير هذه النتيجة بأنه ليس هناك فروق في الدعم الاجتماعي المدرك بين الطلبة ذوي التخصص (علمي – انساني) و يعود ذلك السبب الى طبيعة الحياة الاجتماعية التي يعيشها جميع الطلبة من الدعم الاجتماعي المدرك



الهدف الثالث: التعرف الى الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية.

لقد اظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الاستمتاع بالحياة على عينة البحث التطبيقية البالغة (٦٠٠) طالب وطالبة ان متوسط درجات الاستمتاع بالحياة لدى الطلبة المشمولين بالبحث هو (١٣٧,٨٤) بانحراف معياري مقداره (١٨,٢٩١) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (١١١). يلاحظ انه اكبر من المتوسط الفرضي للمقياس. وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة (البياتي واثناسيوس ١٩٧٧: ٢٥٤). تبين انه دلالة معنوية عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٩٨) وكما موضح في الجدول (١١).

جدول (١١)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الاستمتاع بالحياة

المقياس	متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
الاستمتاع بالحياة	١٣٧,٨٤	١٨,٢٩١	١١١	٣٥,٩٨٩	دالة

مما يشير إلى ان عينة الطلبة تتمتع بالاستمتاع بالحياة. علما ان القيمة الجدولية للاختبار التائي تبلغ (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨). وقد اظهرت النتائج ان طلبة الجامعة لديهم الاحساس بالاستمتاع بالحياة. ويمكن تفسير هذه النتيجة بما اشار اليه لازروس (Lazarus.1980) ان الانسان بطبيعته يسعى دائما الى تحقيق قدر من الاستمتاع بالحياة والرضا والراحة والاستقرار لذا فان الطلبة الذين لديهم مهارات الاستمتاع بالحياة من خلال دراسة المشاعر الايجابية (السعادة. الرفاه. الاستمتاع بالحياة) وهي الاشياء الايجابية التي تجعل من الحياة اكثر فاعلية وخاصة لدى هذه الشريحة المثقفة (Nettlr. 2005: 27)

الهدف الرابع : التعرف على الفروق في الاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة على تبعا لمتغيري الجنس (الذكور - الاناث) والتخصص (العلمي - الانساني) وتقويم دلالاته الاحصائية.

أ-الجنس (الذكور- الاناث)



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقارنة بين درجة الطلبة بحسب متغير الجنس في الاستمتاع بالحياة. حيث كانت القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (598) ومستوى دلالة (0.05). مما يشير إلى انه ليس هناك فروق في الاستمتاع بالحياة بين الطلبة الذكور والاناث والجدول (١٢) يوضح ذلك.

الجدول (١٢)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين متوسط درجات مقياس الاستمتاع بالحياة

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
الذكور	252	137.4484	18.26284	٠,٤٥٥	١,٩٦	غير دالة
الاناث	348	138.1379	18.33371			

ووفقا لراي (لازروس) ان العالم يتميز بالتناغم والسعادة والتمتع بالحياة. فهو لما يحتوي من ذكور واناث مهتمون باستمرار بصداقاتهم. ونشطون وودودون وخالين من الشعور بالذنب وغير مضطهدين. وذلك يؤدي الى الشعور بالاستمتاع بالحياة. فاذا أظهر اي شخص نوع من الاضطهاد. يكون قد تعرض للظلم والذي يؤدي به إلى الشعور بعدم الاستمتاع بالحياة. (Joseph.2003:111).

ب- التخصص (العلمي – الانساني)

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقارنة بين درجة الطلبة بحسب متغير التخصص الدراسي في الاستمتاع بالحياة إذ كانت القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (٥٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥). مما يشير إلى أنه ليس هناك فروق في الاستمتاع بالحياة بين الطلبة ذوي التخصص العلمي والانساني والجدول (١٣) يوضح ذلك.

الجدول (١٣)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين متوسط درجات مقياس الاستمتاع بالحياة تبعا لمتغير

التخصص الدراسي

التخصص الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
العلمي	210	139.1667	17.32923	١,٢٩٦	١,٩٦	دالة
انساني	390	137.1385	18.77320			



ويرى الباحثان ان الاستمتاع بالحياة يتأثر بالمهمة والنشاط ولا يتأثر بالمهنة والاختصاص الذي يدرس به الطالب أي لا تمثل فئة دون أخرى فهي موجودة لدى جميع الطلبة بكافة اختصاصاتهم وميولهم واتجاهاتهم بل على مستوى انتماءاتهم ومعتقداتهم. اذ هي سمة داخل الفرد لا بد من تحقيق الاستمتاع بالحياة وهي طبيعة لدى الانسان تعبر عن نشاط واقبال على الحياة وخصوصا في مرحلة الشباب.

الهدف الخامس : تعرف العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية:

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال معامل ارتباط بيرسون حيث اشارت قيم معاملات الارتباط الى وجود علاقة متوسطة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة لدى طلبة الجامعة. وعند تقويم دلالة معامل الارتباط باستعمال الاختبار التائي ظهر ان القيمة التائية المحسوبة كانت اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨) مما يشير الى ان العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة لدى طلبة الجامعة هي علاقة حقيقية غير خاضعة للصدفة. والجدول (١٤) يوضح ذلك.

الجدول (١٤)

يوضح معامل الارتباط بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة

المتغير الاول	المتغير الثاني	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
الدعم الاجتماعي المدرك	الاستمتاع بالحياة	٠,٤٣١	١١,٦٨٠	١,٩٦	دالة

التي اشار فيها بوجود علاقة ارتباطية بين الدعم الاجتماعي المدرك من الاسرة والاصدقاء الاخرين مع معايير الاستمتاع بالحياة والرفاهية والتمتع بالحياة. اذ يتمتع الاشخاص ذوي العلاقات الشخصية الاجتماعية الايجابية الوثيقة بقدراتهم على التعامل مع الضغوط بصورة افضل من أولئك الاشخاص ذوي العلاقات الشخصية الاجتماعية السيئة (Lazarus & folkman. 1991:40) لقد أكد (لازاروس) بان للدعم الاجتماعي المدرك دورا مهما في شعور الفرد بالاستمتاع بالحياة. اذ يمر الفرد بعدة مراحل الى ان يحصل على الاستمتاع. وأولها السعادة. ثم الرضا عن الحياة. يليها البهجة والسرور. وأخيرا يتكون لدى الفرد الإحساس بالاستمتاع بالحياة الناتج من قدرته



على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفاعلية. لذا فان مفهوم الاستمتاع بالحياة يعد من المشاعر الراقية والسامية. وهو أيضا انفعال وجداني إيجابي. لان الانسان ما زال ينشده باعتباره من اهم الغايات الأساسية لديه (Hoffman. 2006 : ١٨٨).

الهدف السادس : قياس درجة اسهام الدعم الاجتماعي المدرك بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة وتقويم دلالاته الاحصائية

ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل الانحدار المتعدد (multiple Regression) بأسلوب الادخال (Enter) كل على افراد وجد ان الدعم الاجتماعي المدرك قادر على التنبؤ بالاستمتاع بالحياة بمقدار (٠,٤٣) . حيث كانت القيمة الفائية لدلالة الانحدار اكبر من القيمة الفائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فيما بلغ مقدار تنبؤ متغير الجنس (٠,٠١٩) وهو مقدار ضعيف حيث كانت القيمة الفائية لدلالة الانحدار غير دالة عند مستوى (٠,٠٥). اما متغير التخصص الدراسي فهو يتنبأ بمقدار (٠,٠٥) وهو ضعيف ايضا حيث كانت القيمة الفائية لدلالة الانحدار غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) والجدول (١٥) يوضح ذلك.

الجدول (١٥)

تحليل الانحدار المتعدد بأسلوب الادخال للتنبؤ بالاستمتاع بالحياة عند طلبة الجامعة

النتيجة	القيمة الفائية F	معامل الانحدار R	المتغير المتنبئ Independent	المتغير التابع Dependent
دال	١٣٦,٤٩٣	٠,٤٣١	الدعم الاجتماعي المدرك	الاستمتاع بالحياة
غير دال	٠,٢٠٧	٠,٠١٩	الجنس	
غير دال	١,٦٨٠	٠,٠٥٣	التخصص الدراسي	
درجة الحرية الأفقية = عدد المتغيرات المتنبئة - ١				
درجة الحرية العمودية = عدد افراد العينة - عدد المتغيرات المتنبئة - ١ = ٦٠٠ - ١ - ١ = ٥٩٨				
القيمة الفائية الجدولية عند درجتي حرية (٢٩٨,١) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٣,٨٦				

كما اظهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباطية متوسطة ودالة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة بمقدار (٠,٤٣). اما في ما يتعلق بمتغير الجنس حيث اظهرت ان متغير (الجنس) يتنبأ بمقدار ضعيف جدا بالاستمتاع بالحياة والبالغ قدرها (٠,٤٣) ومتغير التخصص الدراسي يتنبأ بالاستمتاع بالحياة والبالغ قدرها



(٠,٠٥) ويشير العالم والمنظر (لازاروس . 1991 Lazarus.) ان الدعم الاجتماعي بأنواعه يمكن ان يقدم عبر مراحل الحياة المختلفة للفرد . وفي أماكن وازمنة متنوعة . وان الفرد نفسه يكون له دور أيضا في تقديم الدعم الاجتماعي للآخرين . وعلى هذا الأساس يبدأ بمقارنة بين ما حصل عليه سابقا من دعم اجتماعي من (الأسرة ؛ الأصدقاء والآخرين) . وما يحصل عليه في الوقت الراهن . لاسيما فيما اذا كان يمر بمجموعة من الضغوطات النفسية . ونتيجة لتلك المقارنة . يبدأ بادراك قيمة ذلك الدعم بالنسبة له ومعرفة خصائص كل منها وما تأثيرها على شبكة علاقاته الاجتماعية . ومن هنا يؤكد (لازاروس) بان الدعم الاجتماعي المدرك (**The Perceived Social Support**) هو مدى اعتقاد الفرد بوجود اشخاص يمكن ان يثق بهم في تقديم المساعدة له من خلال مقارنة مساعدتهم له سابقا وانيا (Lazarus. 1991 : 155)

ثانيا : الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث من خلال تحليل البيانات ومناقشتها استنتج ما يلي .

١- يوجد دعم اجتماعي مدرك لدى افراد عينة البحث من الجنس الذكور والاناث وفي كلا التخصصين العلمي والانساني .

٢- يوجد استمتاع بالحياة لدى افراد عينة البحث من الجنس الذكور والاناث وفي كلا التخصصين العلمي والانساني .

٣- هناك علاقة ارتباطية متوسطة ودالة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة.

٤- يسهم الادعم الاجتماعي المدرك بالاستمتاع بالحياة بمقدار اكثر ما اسهم الاجنس والتخصص .

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة يوصي الباحثان .:

ثالثا : التوصيات

١- تفعيل دور الجامعات وتنفيذ الورش العملية حول مصادر الدعم الاجتماعي المدرك. من خلال المرشدين النفسيين في الجامعة.



٢- ضرورة توعية الطلبة في الجامعات وتعليمهم كيفية الحصول على الدعم الاجتماعي المدرك. لمساعدتهم على العيش بطريقة أفضل والاستمتاع بالحياة

رابعاً : المقترحات :

استكمالاً للجوانب ذات العلاقة بهذا البحث يقترح الباحثان.:

- ١- اجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي للتعرف فيما اذا كان هناك فروق بين مراحل الجامعة ومرحلة ما قبل الجامعة من حيث الدعم الاجتماعي المدرك والاستمتاع بالحياة.
- ٢- اجراء دراسة عن علاقة الدعم الاجتماعي المدرك بالشعور بضبط العمل لدى العاملين.

اولاً: المصادر العربية

• القرآن الكريم.

• مسير. نهلة عبد الهادي (٢٠١٨): الصمود الجامعي لدى طلبة كلية التربية بجامعة القادسية. مجلة لإرك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية. المجلد (٣). العدد (٣١). كلية التربية. جامعة القادسية. العراق. ص (١٧٤ - ١٨٦).

• عباس. عبير امين (٢٠١٦): أساليب مواجهة الصدمة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاسرية لدى عينة من المراهقين المقيمين في مراكز الايواء في مدينة دمشق. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة دمشق. دمشق. سوريا.

• مخيمر. عماد محمد (١٩٩٧): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية: متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية. المجلد السابع. العدد السابع عشر. كلية التربية. القاهرة. مصر. ص (١٠٣ - ١٣٨).

• لازاروس. ريتشارد (١٩٨٠): الشخصية. ترجمة: سيد محمد وغنيم ومحمد عثمان نجاتي. الناشر: مطابع الشروق للطباعة والنشر. الطبعة الأولى. بيروت. لبنان.

• الحلو. بثينة (١٩٨٩): مركز السيطرة والتعامل مع الضغوط. رسالة ماجستير. كلية الآداب. جامعة بغداد. بغداد. العراق.



- صالح. علي عبد الرحيم (٢٠١٣): سيكولوجيا مدعمات الحياة: ما الذي يجعلك سعيداً؟. الحوار المتمدن. العدد (٤٢٩١). محور الفلسفة وعلم النفس. بغداد. العراق.
- عودة. أحمد سليمان. (١٩٩٨): القياس والتقويم في العملية التربوية. المطبعة الوطنية. الأردن.
- عبد الرحمن. محمد السيد (١٩٩٨): دراسات في الصحة النفسية؛ والمهارات الاجتماعية. والاستقلال النفسي والهوية. الناشر: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. الطبعة الثانية. القاهرة. مصر.
- السيد. فؤاد البهي (١٩٧٩): علم النفس الاجتماعي وقياس العقل البشري. ط ٣. دار الفكر العربي. القاهرة.
- البياتي. عبد الجبار توفيق و اثناسيوس. زكريا (١٩٧٧): الاحصاء الوصفي و الاستدلالي في التربية وعلم النفس. جامعة بغداد. كلية التربية – ابن رشد.
- عبد العزيز. مفتاح محمد (٢٠١٠): مقدمة في علم نفس الصحة. الناشر: دار وائل للطباعة والنشر. الطبعة الأولى. عمان. الأردن.

• مصادر اجنبية

Lazarus. R. S. & Folkman. S. (1988). Manual for the Ways of Coping Questionnaire. Palo Alto. C A: Consulting Psychologists Press

Lazarus RS. Folkman S. (1984): Stress. appraisal. and coping. New York: Springer.

- Hoffman. R. (2006). "How Is Gender. Self-Confidence Related to Subjective Well-Being?". Journal of Humanistic Counseling. Education & Development. Vol. 45. No. 2. PP. 186-197



- Daniel Nettle (2005) : Happiness :THE SCIENCE BEHIND YOUR SMILE. Oxford University Press is a department of the University of Oxford. publishing worldwide in Oxford New York.
- Taylor. E. I. (2001). Positive psychology and humanistic psychology: A reply to Seligman. Journal of Humanistic Psychology. 41. 13–29.
- Anastasia . A. (1976). **Psychology testing** .New York :MC-Millen publishing company . Inc
- Lazarus R.S. & Folkman S. (1991). Coping and emotion. In Monat A. & Lazarus R.S. (eds) Stress and coping: an anthology. Columbia University Press. New York
- Lazarus. R. S. (1966). Psychological stress and the coping process. New York. NY: McGraw-Hill.
- Joseph J. Campos (2003): When the Negative Becomes Positive and the Reverse: Comments on Lazarus's Critique of Positive Psychology. Lawrence Erlbaum Associates. Inc. Psychological Inquiry. 2003. Vol. 14. No. 2. 110–172
- Hoffman. R. (2006). "How Is Gender. Self-Confidence



تأثير برنامج تدريبي باستخدام اساتك " Bungee بالأسلوب التصادمي على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لطلاب تخصص الملاكمة د/ أحمد محمد محمد كامل جودة

مقدمة ومشكلة البحث

يعتبر التدريب الرياضي من أفضل طرق تطور المستوى والذي بدوره يجعل اللاعبين قادرين على الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية من خلال تنمية وتطوير قدرات الفرد البدنية والنفسية والمهارية والخطئية.

ويتفق كل من إسماعيل حامد (٢٠٠٧م) . حسام رفقي (٢٠٠٣م) على أن الإعداد البدني المتكامل هو الأساس الذي سوف يبني عليه إعداد الملاكم مهارياً وخططياً وبدون هذا الأساس لا يمكن الوصول للمستويات العالية . وكذلك يجب أن تنمى حركات الملاكم بالسرعة وسرعة الإستجابة عند الهجوم وعند الدفاع وفي الهجوم المضاد . كما يجب ان يكون الملاكم قوياً ورشيقاً ولديه قدر كبير من التحمل. (٦ : ١٤) . (٩ : ٥٢) ومع تقدم علوم التدريب ظهر العديد من طرق التدريب الحديثة في مجال التدريب الرياضي ومن هذه الطرق التدريبات التصادمية حيث تشير الجمعية الامريكية للطب الرياضي ان التدريبات التصادمية تعتبر تدريبات آمنة ومفيدة بالإضافة لكونها نشاط ممتع وتعمل علي تحسين القدرة الديناميكية لممارسيها . (٣١ : ١٤)

ويعزى مفهوم التدريبات التصادمية لخبير من الاتحاد السوفيتي السابق فيرخوشانسكي والذي أطلق على هذا النوع من التمارين بتدريب الصدمة Shock Training كما عرفت أيضا بتمارين القوة العضلية الارتدادية Reactive Strength واستمدت هذه التسمية من طبيعة تمارين البلايومترك . (١٩ : ٨٤)

ويشير دونالد شو Donald chu (٢٠٠٨) الى أن التدريبات التصادمية تتميز بالشدة العالية وذلك بإحداث تأثير مباشر علي النظام العصبي العضلي والأنسجة الضامة . (٢٧ : ٤ . ٣) .

وتدريبات التصادم هي مجموعة من التدريبات صممت من أجل تنمية القوة المطاطية العضلية من خلال ما يعرف بدورة الإطالة والتقصير. وهي طريقة خاصة لتنمية القدرة الانفجارية وتعتمد على لحظات التصارع والفرملة التي تحدث نتيجة لوزن الجسم في حركته الديناميكية مثل الوثب الارتدادي وهذا الأسلوب في التدريب يساعد على تنمية القدرة العضلية وبالتالي فإنه يحسن من الأداء الديناميكي للحركات. (٣٣ : ٣٨٠)



ويشير جامبيتا **Gambetta** (٢٠٠١) الى ان التدريبات التصادمية نشاط عضلي مركز من أجل تحسين مستوى القوة اعتمادا علي حقيقة فسيولوجية وهي أن العضلة يمكن أن تبذل قوة أو جهد أكبر إذا ما تم أطالتها قبل الحركة . (٢٩ : ١٦)

كما يذكر جامبيتا **Gambetta** (٢٠٠٩م) ان تدريبات التصادم تعمل علي استثارة القوة في حركات التدريب من خلال استغلال النشاط الحركي الناتج من سقوط ثقل في عكس اتجاه عمل العضلات. (٢٨ : ٢٤)

وأن التدريبات التي تعتمد علي طاقة المطاطية وعمل المستقبلات الحسية المنعكسة تحقق أكبر فائدة لها بتقليل الفترة الزمنية بين الإطالة والتقصير كما ان الطاقة المخزنة في العضلات نتيجة الإطالة تخرج بمعدلات سريعة خلال مرحلة الانقباض التقصيري وتشارك في اللحظات الأولى من الثانية . (١٧ : ٤٢ . ٤٣)

ويذكر عادل صبري (٢٠٠٩) . ابو العلا عبد الفتاح (٢٠٠٢) انه يجب ان تتطابق التدريبات الخاصة في بنائها وقوتها علي حركات المنافسة وان تمارين القوة يجب ان تتركز علي حركات الانقباضات السائدة لتمارين المنافسة من أجل تحقيق الانسجام الخاص لمتطلبات الأداء . (١٦ : ٥١) . (٥ : ١٤)

ويذكر شاركي **sharkey** (٢٠٠٠م) أن أسرار نجاح هذا التدريب ترجع الي حقيقة فسيولوجية وتتلخص في أن العضلة تعطي أكبر قوة إذا أمكن مطها (اطالتها) قبل الانقباض مباشرة مما يؤدي الي تحسين ميكانيزم الانعكاس ويزيد الاسترخاء ويعمل علي تخزين طاقة كبيرة تزيد من كفاءة الانقباض وسرعته . (٣٣ : ٨٢)

ومن خلال خبرة الباحث في المجال الأكاديمي والمجال التدريبي في رياضة الملاكمة وجد ان التدريبات المستخدمة لتنمية القدرة العضلية في الملاكمة تدريبات تقليدية وغير شيقة مما يؤثر علي الملاكمين الناشئين تأثيراً سلبياً ولا يحقق الهدف التدريبي منها وهذا ما دفع الباحث الي القيام بهذه الدراسة للتعرف علي تأثير استخدام التدريب التصادمي للذراعين على بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى لدى ناشئي الملاكمة .

هدف البحث

يهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام أساتك **Bungee** بالأسلوب التصادمي للذراعين على بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى لدى ناشئي الملاكمة .



فروض البحث

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى لدى ناشئي الملاكمة مجموعة البحث التجريبية.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى لدى ناشئي الملاكمة مجموعة البحث الضابطة.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين البعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى قيد البحث ولصالح ناشئي الملاكمة مجموعة البحث التجريبية.

مصطلحات البحث

البانجي Bungee

هو أحد أدوات التدريب الحديثة وهي عبارة عن حبل مطاطي معلق فائق القوة والمرونة. يستخدم رد فعل الجسم لأداء حركات مختلفة صعوداً وهبوطاً. (تعريف أجراءي)

التدريبات التصادمية : The – shock training

هي تدريبات تهدف الي تطوير القدرة العضلية للرجلين والذراعين تعمل على إثارة العمل العضلي والعصبي والقدرة على استخدام وزن الجسم في شد الانتباه لصدمة جيدة على السطوح المختلفة للأجسام . (٣٠ : ١٤)

منهج البحث

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث . بتصميم تجريبي من مجموعتين إحداها تجريبية يطبق عليها البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام التدريب التصادمي . والأخرى ضابطة ويطبق عليها البرنامج التقليدي .

مجتمع وعينة البحث

بلغ المجتمع الأصلي للعينة ٢٨ ملاكماً من تخصص الملاكمة بكلية التربية الرياضية في المرحلة السنية من (١٩-٢٢) سنة تم إختيارهم بالطريقة العمدية من طلاب التخصص بالفرقة الثالثة والرابعة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداها تجريبية (١٠) ملاكمين والأخرى ضابطة (١٠) ملاكمين و (٨) ملاكمين للدراسات الإستطلاعية .



شروط اختيار العينة

- أن يكون اللاعب مسجلاً بالاتحاد المصري للملاكمة.
- أن لا يقل العمر التدريبي اللاعب عن أربع سنوات كحد أدنى .
- أن يتوفر لدى أفراد العينة المختارة الرغبة في الإشتراك في مجموعة البحث .

جدول (١)

اعتدالية التوزيع لعينة البحث في معدلات النمو والمتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى

$$n = 28$$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	٢٠,٢٥	٢٠,٠٠	٠,٩٠	٠,٨٣٣
الطول	سم	١٧٧,٢٨	١٧٧,٠٠	٣,١١	٠,٢٧٠٠
الوزن	كجم	٥٦,٢٥	٥٦,٠٠	٣,٣٣	٠,٢٢٥
العمر التدريبي	سنة	٢,٨٥	٢,٨٠	٠,٦٠	٠,٢٤٩
دفع كرة طبية باليد اليمنى	متر	٦,٢٠	٦,٠٠	٠,٢٧	٢,٢٢
دفع كرة طبية باليد اليسرى	متر	٥,٥٨	٥,٥٠	٠,٣٦	٠,٦٦٦
اللكم بالمستقيمة اليمنى على كيس اللكم لمدة ٢٠ ث	لكمة	٣٠,١٥	٣٠,٠٠	٠,٥٢	٠,٨٦٥
اللكم بالمستقيمة اليسرى على كيس اللكم لمدة ٢٠ ث	لكمة	٤٣,٢٥	٤٣,٠٠	١,١٧	٠,٦٤١
اللكم بكلكم اليدين على كيس اللكم بالمستقيمتين لمدة ٢٠ ث	لكمة	٤١,٢٥	٤١,٠٠	١,٣٣	٠,٥٦٣
اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط باليدين	لكمة	٢٠,٣٦	٢٠,٠٠	١,٥٢	٠,٧١٠
اللكم التخلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢١,٦٩	٢١,٥٠	١,١٧	٠,٤٨٧
انبطاح مائل وثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث	عدد	٢١,٦٣	٢١,٥٠	١,٦٣	٠,٢٣٩
انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث	عدد	١٨,٣٢	١٨,٠٠	١,٢٨	٠,٧٥٠

يتضح من الجدول رقم (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث ويتضح أن معامل الالتواء يتراوح ما بين (± 3) مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية .

تكافؤ مجموعتي البحث

جدول (٢)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو والمتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى في الملاكمة



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ن = ٢ = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		س	ع±	س	ع±		
السن	سنة	٢٠,١٩	٠,٥٢	٢٠,١٦	٠,٦٢	٠,٩٦	غير دال
الطول	سم	١٧٦,٢٠	٠,٦٣	١٧٥,٢٥	٠,١٧	٠,٥٢	غير دال
الوزن	كجم	٥٦,١٠	٠,٢١	٥٦,١٦	٠,٦٣	٠,١٥	غير دال
العمر التدريبي	سنة	٢,٧٥	٠,١٧	٢,٧٤	٠,٢١	٠,٥٨	غير دال
دفع كرة طبية باليد اليمنى	متر	٦,١٨	٠,٥٢	٦,١٦	٠,٢٨	٠,٦٣	غير دال
دفع كرة طبية باليد اليسرى	متر	٥,٥٥	٠,٣٢	٥,٥٦	٠,٣٦	٠,٥٤	غير دال
اللكم بالمستقيمة اليمنى على كيس اللكم لمدة ٢٠ ث	لكمة	٣٠,١٠	٠,٨٧	٣٠,١٢	٠,٢١	٠,٣٥	غير دال
اللكم بالمستقيمة اليسرى على كيس اللكم لمدة ٢٠ ث	لكمة	٤٣,٢٠	٠,٣٦	٤٣,١٨	٠,٤٧	٠,٥٩	غير دال
اللكم بكنت اليدين على كيس اللكم بالمستقيمات لمدة ٢٠ ث	لكمة	٤١,١١	٠,٢١	٤١,١٢	٠,٦٣	٠,٥١	غير دال
اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط	لكمة	٢٠,١٥	٠,١٧	٢٠,٢٠	٠,١٦	٠,٤٧	غير دال
اللكم التخيلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢١,٤٥	٠,٦٣	٢١,٦١	٠,٥٢	٠,٦٢	غير دال
انبطاح مائل وثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث	عدد	٢١,٤٤	٠,٢٥	٢١,٥٥	٠,٣١	٠,٥٥	غير دال
انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث	عدد	١٨,١٨	٠,٣١	١٨,١٩	٠,٦١	٠,٦٢	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٧٣ .

يتضح من الجدول رقم (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات معدلات النمو والمتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى في الملاكمة مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في تلك المتغيرات.

وسائل جمع البيانات

الأجهزة والأدوات المستخدمة :-

- جهاز ريستاميتير لقياس الطول .
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- صناديق خشبية إرتفاع ٢٥ سم .



- شريط قياس .
- قفازات تدريب .
- وسائل لكم .
- أكياس لكم .
- حبال وثب .
- ساعة إيقاف .
- كرات طبية ٣ كجم .
- أساتك مطاطة .

القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث

القياسات الإنشرومترية :

- قياس الطول بجهاز رستاميتز .
- قياس الوزن بجهاز الميزان الطبي .

اختبارات مستوى الأداء :-

قام الباحث بالمسح المرجعي للدراسات المرتبطة برياضة الملاكمة (٧) . (٨) . (٢١) بهدف التعرف على القياسات التي تقيم مستوى الأداء البدني والمهاري لناشئ الملاكمة كما قام الباحث بعدد من المقابلات الشخصية لعدد من الخبراء للتعرف على كيفية تقييم مستوى الأداء لناشئ الملاكمة في موضوع البحث وفي ضوء المسح المرجعي للمراجع المتاحة وإستطلاع رأى الخبراء أمكن تحديد الاختبارات والقياسات التي تقيم مستوى الأداء البدني والمهاري والتي ترتبط بموضوع البحث وتناسب المرحلة السنية من ١٤ - ١٦ سنة وتتمثل هذه الاختبارات فيما يلي :-

- الإنبطاح المائل ثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث لقياس القدرة العضلية .
- الإنبطاح المائل من الوقوف ثم جلوس قرفصاء ثم الوقوف لمدة (١) دقيقة لقياس تحمل القوة

- إختبار قوة اليد اليمنى في أداء اللكمة المستقيمة اليمنى .
- إختبار قوة اليد اليسرى في أداء اللكمة المستقيمة اليسرى .
- قياس عدد اللكمات المستقيمة اليمنى في ٢٠ ث .
- قياس عدد اللكمات المستقيمة اليسرى في ٢٠ ث .
- قياس عدد اللكمات المستقيمة اليمنى واليسرى في ٢٠ ث .

الدراسة الاستطلاعية



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

قام الباحث بإجراء عدة دراسات استطلاعية في الفترة من ١٠ / ٥ / ٢٠١٩ إلى ٢٥ / ٥ / ٢٠١٩ م على عينه مكونة من (٨) طلاب ملاكمين بالفرقة الثانية في المرحلة السنية من ١٨ - ١٩ سنة من المجتمع الأصلي وخارج عينة البحث . وكانت تلك الدراسات تهدف إلى :-

١. إجراء المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبارات قيد البحث .

٢. التأكد من الناحية التطبيقية للبرنامج .

المعاملات العلمية المستخدمة في البحث

صدق الاختبار Validity

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية التي تقيم مستوى الأداء عن طريق إيجاد الفروق الإحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لنتائج الاختبارات البدنية والمهارية التي تقيم مستوى الأداء .

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في

الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن=١ ن=٢ = ٤

قيمة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	إختبارات مستوى الأداء
	ع±	س	ع±	س		
٣,١٥	٠,١٥	٦,١٠	٠,٣٦	٦,٢٢	سم	دفع كرة طبية باليد اليمنى
٣,٦٥	٠,٦٢	٥,١٠	٠,٥٢	٥,٦٨	سم	دفع كره طبية باليد اليسرى
٣,٢١	٠,١٢	٢٩,٢٥	٠,١٤	٣٠,١٥	لكمة	اللكم بالمستقيمة اليمنى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .
٣,٦٩	٠,١٧	٤١,٢٦	٠,١٨	٤٣,٩٠	لكمة	اللكم بالمستقيمة اليسرى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .
٣,٢٤	٠,٣٢	٤٠,٣٢	٠,٣٢	٤١,٥٥	لكمة	اللكمة بكليتي اليدين لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم
٣,٢٩	٠,١١	١٩,٢٠	٠,١٧	٢٠,٢٠	لكمة	اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط
٣,٣٣	٠,٣٩	١٩,٣٢	٠,٣٢	٢١,٩٢	لكمة	اللكم التخليفي لمدة ١٠ ث
٣,١٧	٠,٢١	١٩,٢٨	٠,١٧	٢١,٦٤	مرة	انبطاح مائل ثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث
٣,٦٥	٠,١٧	١٨,١٠	٠,٣٢	١٨,٢٥	مرة	انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث

• قيمة (ت) الجدولية عند مستوى مغنوية عند ٠,٠٥ = ١,٧٦ .



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

يوضح الجدول رقم (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث لصالح المجموعة المميزة مما يشير إلى صدق هذه الاختبارات .

ثبات الاختبار Reliability

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية عن طريق تطبيق تلك الاختبارات على عينة (٨) ملاكمين من مجتمع البحث ومن غير أفراد العينة الأساسية ثم أعاد تطبيق الاختبارات على نفس العينة بعد أسبوع كفاصل زمني بين التطبيقين وتم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون لإيجاد معامل الارتباط بين نتائج تطبيق الأول والثاني :-

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن = ٨

اختبارات مستوى الأداء	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
		س	ع±	س	ع±	
دفع كرة طبية باليد اليمنى	سم	٦,٢٥	٠,٣٢	٦,٣٠	٠,٣٩	٠,٩٦١
دفع كره طبية باليد اليسرى	سم	٥,٧٠	٠,١٧	٥,٧٥	٠,٢١	٠,٩٥٤
اللكم بالمستقيمة اليمنى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٣٠,٢٠	٠,٥٢	٣٠,٢٥	٠,٨٥	٠,٩٦٠
اللكم بالمستقيمة اليسرى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٤٣,٥٠	٠,٢١	٤٣,٩٨	٠,٣٢	٠,٩٦٧
اللكمة بكلتي اليدين لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم	لكمة	٤١,٦٠	٠,١٩	٤١,٩٠	٠,٣٩	٠,٩٨٠
اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط باليدين	لكمة	٢٠,٢٥	٠,٣٢	٢١,١٠	٠,٥١	٠,٩٤٥
اللكم التخيلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢٢,١٠	٠,٥٨	٢٢,٩٠	٠,٢٢	٠,٩٧٨
انبطاح مائل ثني الذراعين لمدة ٢٠ ث	مرة	٢٢,١٥	٠,٦٣	٢٢,٩٥	٠,٦٩	٠,٩٤٨
انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث	مرة	١٨,٩٠	٠,١٧	١٩,١٠	٠,٣١	٠,٩٤١

• قيمة (ر) الجدولية عند مستوى مغنوية عند ٠,٠٥ = ٠,٦٢٠



يوضح الجدول رقم (٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني عند مستوى معنوية ٠,٠٥ في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات .

برنامج التدريبات التصادمية :

قام الباحث بوضع برنامج التدريبات التصادمية وذلك بعد تحليل مرجعي للمراجع العلمية العربية والأجنبية (٧). (٨). (١٤). (١٦). (٢٣) والتي استخدمت التدريب التصادمي.

أسس تصميم البرنامج

- توفير الأجهزة والأدوات المطلوبة لتطبيق إجراءات البحث.
- عدد الوحدات التدريبية وزمن كل وحدة و التوزيع الزمني للوحدة التدريبية.
- التشكيل المناسب لمكونات حمل التدريب والتدرج بأحمال البرنامج والوحدة التدريبية.
- توفير عنصري التنوع والتشويق في الأنشطة والتدريبات المستخدمة للتنوع أثناء الأداء .
- التدرج في الأداء من السهل إلى الصعب. ومن البسيط إلى المركب.
- مراعاة التدرج بشدة الأحمال على مدار البرنامج المقترح.
- ربط الجوانب البدنية والمهارية خلال الاداء لمحتوي تنفيذ البرنامج .

أسس وضع التدريبات التصادمية المقترحة :

- قام الباحث بوضع مجموعة من التدريبات التصادمية وفقاً للمبادئ العلمية التالية:
- ١- تحديد أهم العضلات العاملة والمقابلة لها أثناء أداء المجموعات اللكمية قيد البحث .
 - ٢- ضرورة تنمية القوة العضلية بالأثقال قبل تنفيذ التدريبات التصادمية
 - ٣- التدرج من السهل الى الصعب في أداء التدريبات داخل الوحدة التدريبية خلال فترة التطبيق .
 - ٤- أداء التدريبات التصادمية المقترحة بشكل سريع .
 - ٥- تكامل التدريبات (الصدر والحزام الكتفى والذراعين – تمرينات الجذع – تمرينات المقعدة والرجلين) .
 - ٦- أداء تدريبات الإطالة والمرونة والتهيئة البدنية قبل تنفيذ الوحدة .



٧- التحكم في زيادة ارتفاع الحواجز والصناديق الخشبية (٥ سم - ١٠ سم) . وزيادة الثقل (٥٠٠ جم - ٢,٥ كجم) .

وقد تم وضع التدريبات النوعية التصادمية بعد الرجوع الى المراجع العلمية المرتبطة بالدراسة مثل طلحة حسام الدين وآخرون (١٩٩٧م) (١٥) . عبد العزيز النمر. ناريمان الخطيب (٢٠٠٠م) (١٨) . أحمد الزيني (٢٠٠٨م) (٣) . أحمد جودة (٢٠٠٩م) (٤) . أحمد طه (٢٠١٠م) (٢) . حسن عطيه (٢٠١٢م) (١٠) . أحمد سعيد (٢٠١٤م) (١) وبناءً على ذلك قام الباحث بتحديد المجموعات التدريبية النوعية التصادمية المقترحة بعد حصر كافة التدريبات واختيار المناسب منها لطبيعة أفراد عينة البحث . ثم تم عرض مجموعة التدريبات التصادمية على عدد (٧) خبراء في مجال الملاكمة والتدريب الرياضي للتحقق من مناسبة وصلاحيّة التدريبات التصادمية للتطبيق

كما قام الباحث بتقسيم البرنامج التدريبي المقترح الى (٣) فترات تدريبية وقد استغرقت (٨) أسابيع كما يلي :

- فترة التأسيس واستغرقت (٢) أسبوع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع .
- فترة الإعداد الخاص واستغرقت (٣) أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع .
- فترة الإعداد للمنافسة واستغرقت (٣) أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع .

جدول (٥)

توزيع حمل التدريب (الشدة - الحجم - فترات الراحة البينية)

الأسبوع	الشدة	حجم الحمل		الراحة البينية	عدد التمرينات
		المجموعات	التكرارات		
الأسبوع الأول (فترة التأسيس)	٦٠%	٣	٢٠-١٥	٦٠ ث	١١
الأسبوع الثاني (فترة التأسيس)	٧٠%	٣	١٥-١٠	٦٠ ث	١٣



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

جدول (٦)

توزيع حمل التدريب (الشدة – الحجم – فترات الراحة البينية) للتدريبات التصادمية خلال فترة الإعداد الخاص

الأسبوع	الشدة	حجم الحمل		الراحة البينية	عدد التمرينات
		المجموعات	التكرارات		
الأسبوع الثالث (تصادمي)	٨٠%	٣	٢٠-١٥	١٢٠ ث	٩
الأسبوع الرابع (تصادمي)	٨٥%	٣	١٤-١٢	١٢٠ ث	٩
الأسبوع الخامس (تصادمي)	٩٠%	٣	١١-٨	١٢٠ ث	٩

جدول (٧)

توزيع حمل التدريب (الشدة – الحجم – فترات الراحة البينية) للتدريبات التصادمية خلال فترة الإعداد لمنافسات

الأسبوع	الشدة	حجم الحمل		الراحة البينية	عدد التمرينات
		المجموعات	التكرارات		
الأسبوع السادس	٩٠%	٣	٩-٧	١٢٠ ث	٩
الأسبوع السابع	٩٥%	٣	٦-٥	١٢٠ ث	٩
الأسبوع الثامن	٨٥%	٣	١١-٩	١٢٠ ث	٩

ويشير الباحث أن توزيع أحمال التدريب (الشدة – الحجم – فترات الراحة البينية) للتدريبات النوعية التصادمية – موضح بجدول (٨)

جدول (٨)

توزيع حمل التدريب (الشدة – الحجم – فترات الراحة البينية) للتدريبات النوعية التصادمية المقترحة

الأسبوع	الإحماء	شدة الحمل	حجم الحمل		الراحة البينية	عدد التمرينات
			المجموعات	التكرارات		
الأسبوع الأول	٣٠ ق	٦٠%	٣	٢٠-١٥	٦٠ ث	١١
الأسبوع الثاني	٣٠ ق	٧٠%	٣	١٥-١٠	٦٠ ث	١٣



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٩	١٢٠ ث	٢٠-١٥	٣	٨٠%	٣٠ ق	الأسبوع الثالث
٩	١٢٠ ث	١٤-١٢	٣	٨٥%	٣٠ ق	الأسبوع الرابع
٩	١٢٠ ث	١١-٨	٣	٩٠%	٣٠ ق	الأسبوع الخامس
٩	١٢٠ ث	٧-٦	٣	٩٠%	٣٠ ق	الأسبوع السادس
٩	١٢٠ ث	٦-٥	٣	٩٥%	٣٠ ق	الأسبوع السابع
٩	١٢٠ ث	١١-٩	٣	٨٥%	٣٠ ق	الأسبوع الثامن

ويشير الباحث إلى أن محتوى البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام التدريبات النوعية التصادمية (الإحماء – الجزء الرئيسي – الختام) موضح بمرفق (٨)
والتمرينات المستخدمة فى مختلف مراحل البرنامج التدريبي مرفق رقم (٥٦ و٧ و٩)

رابعًا : التوزيع الزمني للتدريبات التصادمية

ولقد حدد الباحث التوزيع الزمني للتدريبات التصادمية كما يلي :

- المدة الزمنية لمجموعة التدريبات التصادمية (٨) أسابيع .
- عدد الوحدات التدريبية اليومية في الاسبوع (٣) وحدات .
- المدة الزمنية للوحدة التدريبية اليومية (٩٠) دقيقة بدون الإحماء والختام .
- إجمالي عدد الوحدات التدريبية (٢٤) وحدة .
- إجمالي عدد الساعات التدريبية (٣٦) ساعة بدون الإحماء والختام .

خطوات اجراء التجربة

القياسات القبلية

قام الباحث بأجراء القياسات القبلية في الاختبارات قيد البحث قبل تنفيذ البرنامج على مجموعتي البحث التجريبي والضابطة وذلك من يوم ١٥ / ٦ / ٢٠١٩ الى ١٩ / ٦ / ٢٠١٩ بالترتيب الاتي اجراء المقاييس الأنثروبومترية يليها اجراء قياس الاداء البدني ثم الاداء المهارى في الملاكمة.

تطبيق البرنامج



تم تطبيق برنامج التدريبات التصادمية علي المجموعة التجريبية في الفترة من ٢٠١٩/٦/٢٢ الي ٢٠١٩/٨/١٦ وأتبعته كلا المجموعتين البرنامج التطبيقي مع تساوي النسبة المئوية والزمن المخصص لجميع فترات البرنامج التدريبي وتوافقه مع التدريبات التصادمية قيد البحث للمجموعة التجريبية واتبعت المجموعة الضابطة التدريبات التقليدية لتنمية المتغيرات البدنية والمهارية .

القياسات البعدية

تم إجراء القياسات البعدية لجميع الاختبارات قيد البحث علي مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وذلك من يوم ١٨/٨/٢٠١٩ حتي ٢٢/٨/٢٠١٩ بنفس ترتيب أداء القياسات القبلية

الاسلوب الاحصائي المستخدم

تم إعداد البيانات وجدولتها وتحليلها إحصائيا مع استخراج النتائج وتفسيرها بالطرق الإحصائية التالية :

- الوسط الحسابي .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معامل الالتواء .
- دلالة الفروق اختبار " ت " .
- معامل الارتباط .
- دلالة الفروق .
- نسبة التغير .

وذلك باستخدام برنامج " Spss " لمعالجة بيانات البحث . وقد ارتضى الباحث جميع النتائج عند مستوى دلالة ٠,٠٥ .
عرض ومناقشة النتائج

جدول (٩)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية عينة البحث



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

التجريبية في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لناشني الملاكمة

ن=١٠

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		س	ع±	س	ع±				
دفع كرة طبية باليد اليمنى	سم	٦,١٨	٠,٥٢	٩,١٠	٠,٣٩	٢,٩٢	%٣٢,٠٨	٦,٦٨	دال
دفع كرة طبية باليد اليسرى	سم	٥,٥٥	٠,٣٢	٨,٦٥	٠,٥٢	٣,١٠	%٣٥,٨٣	٦,٣٢	دال
اللكم بالمستقيمة اليمنى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٣٠,١٠	٠,٨٧	٣٦,٢٥	٠,٢١	٦,١٥	%١٦,٩٦	٥,٥٢	دال
اللكم بالمستقيمة اليسرى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٤٣,٢٠	٠,٣٦	٤٩,٣٦	٠,١٧	٦,١٦	%١٢,٤٧	٥,٦٣	دال
اللكمة بكنتي اليدين لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم	لكمة	٤١,١١	٠,٢١	٤٦,٢١	٠,٣٣	٥,١٠	%١١,٠٣	٥,٤٧	دال
اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط	لكمة	٢٠,١٥	٠,١٧	٢٥,٣٢	٠,٥٢	٥,١٧	%٢٠,٤١	٥,٦٩	دال
اللكم التخلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢١,٤٥	٠,٦٣	٢٥,١٦	٠,١٤	٣,٧١	%١٤,٧٤	٥,٢١	دال
انبطاح مائل ثنى الزراعين لمدة ٢٠ ث	مرة	٢١,٤٤	٠,٢٥	٢٤,٦٩	٠,٨٥	٣,٢٥	%١٣,١٦	٥,٤٧	دال
انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث	مرة	١٨,١٨	٠,٣١	٢٢,١٦	٠,٣٣	٣,٩٨	%١٧,٩٦	٥,٩٦	دال

قيمة (ت) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٧٨٢

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

جدول (١٠)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية عينة البحث
الضابطة في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لناشئي الملاكمة

ن=١٠

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		س	ع±	س	ع±				
دفع كرة طبية باليد اليمنى	سم	٦,١٦	٠,٢٨	٧,٣٦	٠,١٦	١,٢٠	%١٦,٣٠	٣,٣٩	دال
دفع كره طبية باليد اليسرى	سم	٥,٥٦	٠,٣٦	٦,٦٩	٠,٢٤	١,١٣	%١٦,٨٩	٣,٢١	دال
اللكم بالمستقيمة اليمنى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٣٠,١٢	٠,٢١	٣٢,٦٩	٠,١٨	٢,٥٧	%٧,٨٦	٣,١٧	دال
اللكم بالمستقيمة اليسرى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .	لكمة	٤٣,١٨	٠,٤٧	٤٥,٢٠	٠,١١	٢,٠٢	%٤,٤٦	٣,٢٨	دال
اللكمة بكتفي اليدين لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم	لكمة	٤١,١٢	٠,٦٣	٤٣,٢٦	٠,٣٦	٢,١٤	%٤,٩٤	٣,٢١	دال
اللكم لمدة ١٠ ث على وسادة الحائط	لكمة	٢٠,٢٠	٠,١٦	٢٢,١٩	٠,٢٧	١,٩٩	%٨,٩٦	٣,٢٩	دال
اللكم التخلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢١,٦١	٠,٥٢	٢٣,٦٤	٠,٥٢	٢,٠٣	%٨,٥٨	٣,٢١	دال



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/٢٠٢٠)

دال	٣,١٧	%٦,٧٠	١,٥٥	٠,٧١	٢٣,١٠	٠,٣١	٢١,٥٥	مرة	انبطاح مانل ثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث
دال	٣,٢١	%٨,٨٢	١,٧٦	٠,٣٢	١٩,٩٥	٠,٦١	١٨,١٩	مرة	انبطاح مانل من الوقوف لمدة ٢٠ ث

قيمة (ت) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٧٨٢

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

جدول (١١)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات البعدي لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لناشئي الملائمة

ن = ٢ = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	
		ع±	س	ع±	س		
دال	٤,٣٦	٠,١٦	٧,٣٦	٠,٣٩	٩,١٠	سم	دفع كرة طبية باليدين اليمنى
دال	٤,٥٢	٠,٢٤	٦,٦٩	٠,٥٢	٨,٦٥	سم	دفع كره طبية باليدين اليسرى
دال	٤,٣٩	٠,١٨	٣٢,٦٩	٠,٢١	٣٦,٢٥	لكمة	اللكم بالمستقيمة اليمنى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .
دال	٤,٢١	٠,١١	٤٥,٢٠	٠,١٧	٤٩,٣٦	لكمة	اللكم بالمستقيمة اليسرى لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم .
دال	٤,٢٨	٠,٣٦	٤٣,٢٦	٠,٣٣	٤٦,٢١	لكمة	اللكمة بكلتي اليدين لمدة ٢٠ ث على كيس اللكم
دال	٤,١٧	٠,٢٧	٢٢,١٩	٠,٥٢	٢٥,٣٢	لكمة	اللكم لمدة ١٠ ث



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/٢٠٢٠)

على وسادة الحائط							
الكلمة التخيلي لمدة ١٠ ث	لكمة	٢٥,١٦	٠,١٤	٢٣,٦٤	٠,٥٢	٤,٣٦	دال
انبطاح مائل ثنى الذراعين لمدة ٢٠ ث	مرة	٢٤,٦٩	٠,٨٥	٢٣,١٠	٠,٧١	٤,٢١	دال
انبطاح مائل من الوقوف لمدة ٢٠ ث	مرة	٢٢,١٦	٠,٣٣	١٩,٩٥	٠,٣٢	٤,٥٨	دال

قيمة (ت) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٧١١

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

مناقشة النتائج

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ويرجع الباحث تلك النتيجة الى برنامج التدريبات التصادمية والمطبق على ملاكمي المجموعة التجريبية والذي اشتمل على تدريبات ساهمت في تطوير القدرة العضلية للذراعين وساهمت بشكل مباشر في تحسين اداء اللكمات قيد البحث.

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة عبير شحاتة (٢٠١٦م) (١٩) إلى وجود تأثير إيجابي للتدريب التصادمي على تحسين مستوى القوة القصوى والقوة العضلية للطرف العلوى ومستوى الرقمي لدى عينة البحث.

ويرجع الباحث تلك النتيجة ان التدريبات التي تعمل علي حدوث أطاله لا أراديه للعضلات المادة للمفاصل والتي تعمل من شأنها توليد انقباضاً عضلياً لأراديّاً يعمل علي إثارة أعضاء حسية أخرى وبالتالي زيادة عدد الوحدات الحركية في العضلات العاملة علي هذه المفاصل والتي تعد ضرورة لزيادة القوة العضلية وكذلك تطابق تدريبات التصادم مع شكل الأداء.



ويتفق "أبو العلا عبد الفتاح" (٢٠٠٢م). ان تدريبات القوة العضلية تزداد بشكل كبير في حالة زيادة المدى الحركي للمفصل حيث تساعد على استخدام خصائص المكونات المطاطية بالعضلة لتحقيق التوازن العضلي للمفاصل . (٥ : ٢٤٧ . ٢٤٩)
وتعد تدريبات القوة يجب أن تلبي الحاجات الفردية والتدريب الأكثر مناسبة للعضلات هو تكرار لنوع العمل لعدد من المرات التي تتطلبها المهارة والتي يتم تقويتها بطريقة صحيحة تكون أكثر مقاومة للإصابة . (٢٩ : ٣٢)

وهذا ما يتفق مع كل من " ندي رماح (٢٠٠٨م) . بأن هذه التدريبات تهدف إلى إنتاج أكبر قوة في أقصر زمن ممكن حتى يتم تقصير زمن ملامسة القدمين للأرض. (٢٣ : ٥٣)

وهذا ما يشير إليه كلا من " خيرية السكري . محمد جابر بريقع (٢٠٠٩م) . بأن تأثير قوى الجاذبية على الجسم يؤدي إلى ظهور قوة جديدة تعرف بقوة الوزن وهي قوة طبيعية ترتبط باتصال الجسم بسطح الأرض وهي تعمل على توازن الجسم رأسياً. (١١ : ٢١)

كما يتفق هذا ايضا مع ما ذكره سامح عبد الرؤف (٢٠٠٢) بأن هناك علاقة وثيقة بين الحالة البدنية والحالة المهارية للملاكمين حيث انه كلما ازداد المستوى الفني للحالة البدنية للملاكمين في مراحل الاعداد المختلفة كلما ازداد المستوى المهارى لهم . (١٣ : ٢٣٧)

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الاول للبحث والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى لدى ناشئي الملاكمة مجموعة البحث التجريبية.

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ويعزى الباحث هذه الدلالة إلى أن البرنامج التدريبي المطبق على المجموعة الضابطة وما يحتويه من أسس ومبادئ علمية حيث إشتمل على تمرينات لتنمية عناصر اللياقة البدنية وتمرينات متنوعة تشابة الأداء الحركي الخاص بالملاكمة .

الأمر الذي أشار إليه كل من " محمد نصر الدين. خالد بن حمدان (٢٠١٣م) " إلى أن التدريب الرياضي المنظم والمقنن يؤدي إلى زيادة كفاءة الجهاز العضلي ويظهر



ذلك بصورة مباشرة في قدرة العضلة على إنتاج القوى سواء كانت حركية أو ثابتة أو مميزة بالسرعة كما يزيد أيضاً من سرعة الانقباض العضلي . (٢٢ : ١٢٣ - ١٢٤)
كما يذكر "أبو العلا عبد الفتاح" (٢٠٠٢م) أن العلاقة بين المهارات الأساسية لأي رياضة ومتطلباتها البدنية المختلفة (العامة. الخاصة) هي علاقة وثيقة يجب أن توضع في الاعتبار عند إعداد اللاعبين. وان لا يكون هناك انفصال بين الإعدادين المهاري والبدني بل على العكس يجب أن يتم تنمية العناصر البدنية بما يتفق مع متطلبات المهارة. فذلك يحقق نجاحاً في عملية التدريب وبالتالي الارتقاء بمستوى اللاعبين. فعندما يمتلك اللاعب الصفات البدنية بدرجة عالية يستطيع أداء جميع المهارات بصورة جيدة. (٥ : ٤٨)

وهذا ما يؤكد "جامبيتا" "Gambetta" (٢٠٠١م) على أن النجاح في أي مهارة أساسية دفاعية أو هجومية يحتاج إلى تنمية مكونات بدنية ضرورية تسهم في أدائها بصورة مثالية وأن كل مهارة أساسية يسهم في أدائها وفقاً لطبيعتها أكثر من مكون بدني . (٢٩ : ٣)

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهاري لدى ناشئي الملاكمة مجموعة البحث الضابطة.
يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وقد راع الباحث الأهتمام بتدريبات الأطلالة للعضلات والمرونة للمفاصل لكي تصبح العضلات والمفاصل علي استعداد لأداء تدريبات التصادم بكفاءة دون حدوث أصابات كما أدت تدريبات التصادم الي تحسين القدرة العضلية للرجلين والجزع وهذا يظهر بشكل واضح في تحسن المتغيرات البدنية والاداء المهاري للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة.

وهذا ما أشار إليه " كاردس " Cardes (٢٠٠٠م) حيث أشار إلى أن أسلوب التدريب التصادمي أصبح من أكثر الأساليب إستخداماً في تنمية القوة الانفجارية في العديد من الأنشطة الرياضية والتي تتطلب دمج أقصى قوة وسرعة للعضلة . حيث ساهم هذا الإسلوب في التغلب على المشكلات التي تقابل تنمية القوة الانفجارية فيما يرتبط بالعلاقة بين القوة والأداء . (٢٦ : ٦٩)



ويرى الباحث ان تدريبات التصادم ادت الي تقصير زمن أنقباض الألياف العضلية وتحسن التوافق بين العضلات العاملة والعضلات المقابلة حيث قد راعى الباحث عند تصميم التدريبات التصادمية تقصير زمن ملاسة القدمين أو الذراعين للأرض وتؤكد ذلك دراسة **محمد زكريا بلضم** (٢٠١٠) (٢٠) بان تدريبات القوة العضلية للملاكمين تحتاج الى مراعاة تدريب العضلات العاملة وكذلك العضلات المقابلة خاصة عضلات الذراعين للملاكمين حيث ان الحركة الرجوعية للكدمات لها اهمية كبيرة مثل الحركة الاساسية والذي ينعكس بدوره على سرعة وقوة وتوافق اللكمات . وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت اليه **ندي حامد رماح** (٢٠٠٨) (٢٣) ان تدريبات التصادم تسهم في تنمية القدرة العضلية للذراعين والجزع والرجلين وهذا ما أكدته هذه الدراسة بأن التدريبات التصادمية تحسن القدرة العضلية وتؤثر تأثيرا ايجابيا علي تحسين الاداء المهارى وبذلك يكون قد تحقق فرضية البحث الثالثة والتي تنص على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسيين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة بعض المتغيرات البدنية الخاصة والاداء المهارى ولصالح ناشئي الملاكمة مجموعة البحث

الاستنتاجات

- ١- أثر استخدام أساتك البانجي بالاسلوب التصادمي ايجابيا على مستوى الصفات البدنية الخاصة لدى ملاكمي مجموعة البحث التجريبية.
- ٢- أثر استخدام أساتك البانجي بالاسلوب التصادمي ايجابيا على المستوى المهارى لدى ملاكمي مجموعة البحث التجريبية.
- ٣- أثر استخدام أساتك البانجي بالاسلوب التصادمي بدرجة افضل من التدريبات البدنية والمهارية في تحسين الصفات البدنية والمهارية لناشئي الملاكمة.

التوصيات

- استخدام التدريبات المقترحة لما لها من تأثير إيجابي في تحسين الصفات البدنية والمهارية لمهارات الملاكمة وخاصة في مرحلة الناشئين.
- اجراء دراسات مشابهة عن تأثير التدريبات التصادمية على مهارات اخرى.
- عمل دورات تدريبية لمدربي الملاكمة عن اهمية استخدام التدريبات التصادمية للناشئين.
- الاستمرار في استخدام اسلوب التدريبات التصادمية وصولا الى مرحلة ملاكمي الدرجة الاولى.



المراجع

- ١- أحمد سعيد السيد (٢٠١٤م): تأثير تدريبات نوعية لبعض مواقف اللكم على فاعلية السلوك الخطي للملاكمين . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة المنصورة .
- ٢- أحمد طه محمود على (٢٠١٠م): التحليل الحركي لبعض عضلات الجسم الأساسية المساهمة في أداء اللكمات المستقيمة لدى لاعبي الملاكمة . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة بنها .
- ٣- أحمد محمد الزيني (٢٠٠٨م): فاعلية استخدام التدريب البليومتري لتنمية القدرة العضلية للذراعين والرجلين على قوة ودقة التصويب بالوثب عاليًا لدى ناشئي كرة اليد . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية بنين . جامعة الزقازيق .
- ٤- أحمد محمد جوده (٢٠٠٩م): تأثير استخدام التدريب البليومتري للذراعين على تطوير السرعة الحركية لدى الملاكمين . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة طنطا .
- ٥- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (٢٠٠٢م): التدريب الرياضي . الأسس الفسيولوجية . دار الفكر العربي . القاهرة .
- ٦- إسماعيل حامد عثمان (٢٠٠٧م): تعليم وتدريب الملاكمة . دار السعادة للطباعة . القاهرة .
- ٧- إسماعيل حامد عثمان . محمد عبد العزيز غنيم (٢٠٠٢م): الملاكمة (تعليم وتدريب وإدارة) . دار السعادة . القاهرة .
- ٨- السعيد على ندا . محمد الكيلاني إبراهيم (٢٠٠٦م): علم الملاكمة . دار الفكر العربي . الإسكندرية .
- ٩- حسام رفقي محمود (٢٠٠٣م): الملاكمة . مكتبة النهضة المصرية . القاهرة .
- ١٠- حسن فؤاد عطيه (٢٠١٢م): تأثير برنامج للتدريبات النوعية على بعض المتغيرات الفسيولوجية وفعالية الأداء المهارى للملاكمين . رسالة دكتوراه . كلية التربية الرياضية . جامعة المنصورة .
- ١١- رفاعي مصطفى حسن (١٩٩٩م): "دراسة مقارنة بين اسلوب استخدام الاثقال واسلوب المصادمة لتنمية القوة المميزة للرجلين للاعبين كرة القدم "بحث منشور . المجلة العلمية - نظريات وتطبيقات كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية .
- ١٢- سامح عبد الرؤف محمود (٢٠٠٢م): أثر برنامج تدريبي مقترح لفترة اعداد على الكفاءة البدنية وبعض القدرات الحركية الخاصة لملاكمي الدرجة الاولى بمحافظة بورسعيد . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ؛ العدد السادس عشر . كلية التربية الرياضية بنين . جامعة حلوان .
- ١٣- صالح محمد صالح . سامي محمد عاشور . طارق صلاح الدين سيد (٢٠٠٠م): التدريبات التصادمية لتأهيل إصابات أربطة مفصلي الركبة والكاحل وعلاقتها ببعض المتغيرات



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

الكيناتيكية للاعبين كرة اليد" بحث علمي منشور. مجلة علوم وفنون الرياضية. كلية التربية الرياضية. جامعة اسيوط.

١٤- طلحة حسام الدين . وفاء صلاح الدين . سعيد عبد الرشيد (١٩٩٩م) : الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي . الجزء الأول . مركز الكتاب للنشر . القاهرة .

١٥- عادل صبري عبد الحميد (٢٠٠٧م): الملاكمة . كلية التربية الرياضية جامعة الأزهر . المصري للطباعة . القاهرة .

١٦- عبد العزيز أحمد النمر . ناريمان الخطيب (١٩٩٦م) : التدريب بالأثقال . تصميم برامج القوة وتخطيط الموسم التدريبي . مركز الكتاب للنشر . القاهرة .

١٧- عبد العزيز النمر . ناريمان الخطيب (٢٠٠٠م) : الإعداد البدني والتدريب بالأثقال للناشئين في مراحل ما قبل البلوغ . الأساتذة للكتاب والنشر . القاهرة .

١٨- عبير جمال شحاتة (٢٠١٦م): تأثير التدريبات التصادمية علي القدرة العضلية وتحسين زمن مسافة البدء في سباحة الزحف علي الظهر للسباحين الناشئين . بحث علمي منشور. مجلة علوم الرياضية. كلية التربية الرياضية للبنات. جامعة حلوان.

١٩- محمد زكريا بلضم (٢٠١٠) : برنامج تدريبي لتحقيق التوازن في القوة العضلية للعضلات العاملة والمقابلة لمفصل المرفق وتأثيره في سرعة اداء اللكمات المستقيمة لدى الملاكمين . رسالة دكتوراة غير منشورة . كلية التربية الرياضية . جامعة طنطا

٢٠- محمد عبد العزيز غنيم (٢٠٠٤م) : أثر تسديد أكبر عدد من اللكمات في منطقة الجذع على نتائج مباريات الملاكمة " . رسالة ماجستير. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان.

٢١- محمد نصر الدين. خالد بن حمدان ال مسعود (٢٠١٣م) : القياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي . دار الكتاب الحديث . القاهرة .

٢٢- ندي حامد رماح (٢٠٠٨م) : "فاعلية التدريبات التصادمية علي تنمية القدرة العضلية ومستوي اداء القفز داخلا مع فرد الرجلين خلفا علي حصان القفز في ضوء التنوع الجيني لأنزيم محول الأنجوتنستين (ACE) "مجلة علوم وفنون الرياضة . كلية التربية الرياضية للبنات . القاهرة .

٢٣- American college of sports medicine (2001): plyometric training for children and adolescent current comment USA

٢٤- kinatic Dynamics Movements of quadriceps Boron et al.(2002): Iso femurs and handspring's in female hand ball playas Elerir science publishers. B.V.S ports medicine and Health G.P.A



- ٢٥ .Cardes(2000).K. www. Reasons tostrength train for boxing.com
- ٢٦ Explosive power & strength complex training for):Donald chu(2008
.maximum results K human kinetic .London
- ٢٧ Gabbetta.v(2009) : Plyometrices new studies in athletic for basic
.considerations new studies in athletics March USA
- ٢٨ Gambetta. R(2001) : Plyonetric training. Track and Field 60 manual
- ٢٩ Joseph. E.N.C. and charles. R.E. Brup(2002): Basic athle. Tic. bell
.human. London
- ٣٠ Maron & Meglym:(2000) Dynamic strength training sports and fitness
.series. Brown publishers M.S.A
- ٣١ Read. M.Te et al (2000): Caparison of Hamstring Quadriceps
Isokincts Strength Rations and power in tennis. Squash and
track athletes. British Journal of sports medicine Vol. 24 No.3.
London.
- ٣٢ Human Kinetic ..Sharkey.B.J(2000): Physiology of fitness. 3rd edi
.Booksllions

تصور مقترح لبرنامج إرشادي قائم على فنيات علم النفس الايجابي في خفض
مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة
كرونا- استراتيجيات التفاؤل أنموذجا

د. نوال بوضياف



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديبالي - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

جامعة محمد بوضياف بالجزائر /كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية /قسم علم النفس

naoual.boudiaf@univ-msila.dz

الكلمات المفتاحية : البرنامج الارشادي - قلق الامتحان - فنيات علم النفس الايجابي - التفاؤل - الأزمة الصحية - جائحة كورونا .

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء تصور لبرنامج إرشادي قائم على فنيات علم النفس الايجابي في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا- (استراتيجية التفاؤل أنموذجا) . وتم بناء التصور المقترح في صورته الأولية من (٠٨) جلسات . وبعد عرضه على مجموعة من المحكمين من مختلف الجامعات الوطنية والعربية . ووفق آراء المحكمين تم تعديل البرنامج في صورته النهائية إلى (١٢) جلسة زمن كل (٩٠د) أي بمعدل جلستين كل أسبوع . وبناء على الأهداف الخاصة للبرنامج فقد تم الاعتماد على استراتيجيات أخرى كالنمذجة والتفكير الإيجابي التي تنمي التفاؤل لدى الطلبة المقبلين علي اجتياز الامتحانات الزوجية في ظل جائحة كورونا .

وعليه فقد أوصت الدراسة الحالية المؤسسات الجامعية من الاستفقاء من البرنامج المقترح ضمن التنمية الإيجابية المستدامة لمشروع المؤسسة وتطوير الذات .

A proposed vision of a mentoring program based on positive psychology techniques in reducing the level of exam anxiety among university students in light of the current health crisis - The Krona pandemic-

-(Strategy of optimism is a model) -



Dr/naouel boudiaf

Université Mohamed Boudiaf - M'sila / Faculty of Humanities and
Social Sciences/ Department of Psychology

naoual.boudiaf@univ-msila.dz

Summary

The current study aimed to build a vision of a guidance program based on the techniques of positive psychology in reducing the level of exam anxiety among university students in light of the current health crisis - the Kona pandemic - (strategy of optimism model). and the proposed concept was built in its initial form of (08) sessions. and after presenting it to a group of arbitrators from different national and Arab universities. and according to the opinions of the arbitrators the program was modified in its final form to (12) sessions per 90d. i.e. at the rate of two sessions each week. and based on the objectives. For the program. other strategies. such as modeling and positive thinking. have been based on the optimism of students who are coming to pass the matrimonial exams under the Kona pandemic.

Accordingly. the current study recommended that university institutions benefit from the proposed program within the positive sustainable development of the foundation's project and self-development.

Keywords: Guidance Program - Exam Anxiety - Positive Psychology Technicians - Optimism - Health Crisis - Kona Pandemic

مقدمة وإشكالية الدراسة



نتيجة لتعدد مجريات الحياة فإن ظاهرة القلق أصبحت من الظواهر النفسية التي تعايش الفرد يوميا . فهو يقلق على صحته وعلى مستقبله وعلى مشاغل حياته وقد يكون قلقا طبيعيا موجود عند كل الافراد وحين يتعدى الحدود اللازمة نتيجة تكرار الضغوطات ووجود أهداف حياتية يسعى الفرد لبلوغها يتحول الى قلق يؤثر على الصحة النفسية والجسدية للفرد هذه الاعراض او النتائج ادت الى فرض نفسها للبحث فيها والوقوف على أسبابها الخفية وجذور نشأتها . فقلق الاختبار هو أحد أشكال المخاوف المرضية التي تتطلب الارشاد النفسي بل وحتى العلاج النفسي أحيانا . فعدد غير قليل من الحالات التي تتردد على المرشدين في المدارس والجامعات يعانون مثل هذه الحالة . وقد أشار كل من (دويك وهيل ١٩٨٠) إلى الآثار السلبية المترتبة على قلق الامتحان لضعف الدافعية وضعف التحصيل والعجز عن مواجهة مواقف التقييم بمختلف صورها وتقدر الدراسات المختلفة القديم منها والحديث أن حوالي ٢٠% من طلبة المدارس يعانون من قلق الاختبار بدرجات متفاوتة (عويضة ١٩٩٦. ص٨٤). لذلك سعى علماء النفس والتربية والباحثين إلى وجود حلول لها .

إذ يعتبر قلق الامتحان إحدى الظواهر التي تؤرق الطلبة عامة والتلاميذ خاصة وذلك للارتباط الامتحان بمستقبل الطالب . خصوصا إذا أصبحت هذه الظاهرة لها أعراض فيزيولوجية إضافة إلى أن قلق الامتحان من المتغيرات التي تؤثر على تحصيل الطالب . وللوقوف على حلول ممكنة خاصة في وقت الأزمات الصحية الراهنة التي باتت تهدد العالم عامة. والوسط التربوي خاصة الذي يعجز بعدة مخاوف متعلقة بانتشار جائحة كورونا ومدي تأثيرها على السير البيداغوجي في كافة المؤسسات التعليمية عبر مختلف المراحل التعليمية وخاصة التعليم الجامعي ؛ إذ يعد هذا الأخير وسطا خصبا لانتشار الفيروس. وهذه التداعيات الجديدة أثرت على الأستاذ والطالب الجامعي على حد سواء. فسارعت كل الجامعة العربية في الوطن العربي إلى غلق الجامعات . واستكمال التكوين البيداغوجي عن طريق التعلم الإلكتروني عبر في مختلف المنصات الرقمية. ولعل هذا النوع من التعليم أدى إلى خلق مشكلات جديدة علي مستوى التكوين والتسيير. وحتى تقييم مخرجات العملية التعليمية التعليمية. مما أدى خلق عدة اضطرابات نفسية تتمثل في قلق الامتحان واجتيازه في ظل الوضع الراهن. مما جعلنا نبحث عن استراتيجيات بديلة للتخفيف من هذا القلق وزرع نوع من التفاؤل لدى الطلبة في إطار السيكولوجية الإيجابية.



وعليه فهذا الاخير يدرس السمات الشخصية الإيجابية التي تعد من أهم الموضوعات التي يتم تناولها في الدراسات الحديثة لعلم النفس . فاحتل مفهوم التفكير الإيجابي مركز الصدارة في علم النفس الإيجابي . لما لهذا الموضوع أهمية كبيرة ولما يتضمنه من متغيرات عديدة مثل: التفاؤل . الإنجاز . الابداع . الذكاء الانفعالي . التسامح . الرضا وغيرها من الصفات الإيجابية التي من شأنها أن تعود بالسعادة وطيب الحياة التي يصبوا إليها كل فرد وخاصة في هذا العصر الذي أصبح يعج بالمشاكل الاجتماعية وضغوط الحياة مما ينغص على الفرد معيشته ويجعله يفشل في التكيف مع الوضعيات الضاغطة . وفي غضون هذه المشاكل يلجأ الفرد لاختيار أساليب لمواجهة الضغوط النفسية التي ولدتهما مختلف الأزمات ليصل إلى توافق نفسي واجتماعي . وتكون هذه الاستراتيجيات فعالة أو غير فعالة وتعود نوعيه هذه الاستراتيجيات إلى نمط تفكير الفرد إيجابيا أو سلبيا . فنمط التفكير باعتبار هذه الاستراتيجية التي تنمي التفاؤل وحده يحدد نوعية هذه الأساليب وفعاليتها . (المعاينة ٢٠١٩ . ص ١٧٣) .

لذا فعلم النفس الايجابي صخر لنا عدة استراتيجيات من بينها استراتيجية التفاؤل التي هي موضوع ورقتنا البحثية في ظل الوضع الراهن . وانطلاقا مما سبق ولأهمية فاعلية استراتيجية التفاؤل في خفض من قلق الامتحان من منظور علم النفس الايجابي . والذي نسعى من وراءه إلى اقتراح برنامج إرشادي قائم على فنيات علم النفس الايجابي في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا-

ويمكن صوغ مشكلة البحث في التساؤل التالي:

ما التصور المقترح للبرنامج الإرشادي القائم على استراتيجية التفاؤل في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا؟

أهداف الدراسة : تكمن أهمية دراستنا الحالية في النقاط التالية الذكر :

١. اقتراح برنامج إرشادي قائم على استراتيجية التفاؤل في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا- (استراتيجية التفاؤل أنموذجا) .



٢. الوقوف على دور استراتيجيات التفاؤل كفن إيجابية في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا.

٣. أهمية الدراسة : هدفت دراستنا الحالية الى :

تستمد أهمية هذه الدراسة من أهمية موضوع علم النفس الإيجابي وحداثته المفاهيم المستمدة منه . وكذا التعرف على الدور الفعال لعلم النفس الإيجابي في الوقاية من الاضطرابات النفسية في مجال الارشاد والعلاج النفسي في ظل الأزمات ؛ من أجل تحقيق التنمية الإيجابية المستدامة لدى الأفراد . وهذا الأخير هو جوهر علم النفس الإيجابي الذي يسعى جاهدا إلى تحقيقه مقارنة مع علم النفس التقليدي . وعليه كمحاولة منها اسقاط بعض الفنيات أو الاستراتيجيات التي يقوم عليها هذا العلم - علم النفس الإيجابي- في حل المشكلات المتعلقة بالتحصيل الأكاديمي للطلاب وما يعترضه من مشكلات نفسية أو تربوية في الوقت الراهن الذي فرضته جائحة كورونا وما ألت إليه . إذ فرضت علينا دراسات وأبحاث أكاديمية تحاول اقتراح تصورات وبدائل للتخفيف من خطورة الأزمة وانعكاساتها علي المجال الأكاديمي . ولهذا جاءت دراستنا منصبة على تصور لبرنامج ارشادي قائم على استراتيجيات التفاؤل كفن إيجابية في خفض مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة في ظل الأزمة الصحية الراهنة - جائحة كورونا - بغية إعطائهم نظرة إيجابية حول النظرة المستقبلية الغامضة حول مشوارهم الدراسي في ظل الوضع الراهن .

٤-المصطلحات الإجرائية لمفاهيم الدراسة

البرنامج الارشادي: هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء استراتيجيات التفاؤل في علم النفس الإيجابي لتقديم الخدمات الارشادية المباشرة للطلبة الجامعيين في مؤسسات التعليم العالي بهدف مساعدتهم علي التخفيف من قلق الامتحان في ظل الأزمة الصحية الراهنة جائحة كورونا .

قلق الامتحان : نتبنى في هذا الصدد تعريف (الناشي.٢٠١٩:٨٣) نقلا عن (زهران. ٢٠٠٠) ويقصد به شعور الطالب بالرهبة عند دخول الامتحان والارتباك



والتوتر. وقد يصحبه اضطراب معين. والانزعاج من الامتحان مع نقص في مهارات الامتحان .

استراتيجية التفاؤل: تدريب الطالب علي توقع أفضل النتائج الممكنة المتعلقة باجتياز الامتحانات الزوجية المقررة في مختلف السنوات الدراسية علي مستوى طوري اليسانس أو الماستر في ظل جائحة كورونا .

الأزمة الصحية : هي الحالة التي يعيشها مختلف أطراف المجتمع وجميع منتسبي قطاع الصحة في مواجهتهم لفيروس كورونا المستجد (كوفيد -١٩).

جائحة كورونا: هو فيروس ضمن فصيلة كبيرة تسمى الفيروسات التاجية (كورونا) . التي تصيب الجهاز التنفسي. وتتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد خطورة مثل "سارس" و "ميرس". والتي لم يتم اكتشاف علاج لـ (COVID-19) حتى الآن. (هلاي. ٢٠٠٠. ص٠٦)

الطلبة الجامعيين: هم عينة من الطلبة الذين يزاولون دراستهم بمختلف الجامعات الجزائرية وفي جميع التخصصات في الموسم الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠.

٥. منهج الدراسة: يمكن القول بأن طبيعة البحث تحدد المنهج المستخدم. وبالتالي تتعدد المناهج المستخدمة في البحوث والدراسات الاجتماعية . بل تتعدد المداخل لنفس المنهج. لذا نعتمد على المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع الحقائق والبيانات ومعالجتها للوصول إلى نتائج وتعميمات عن موضوع البحث .

٦. أدوات الدراسة: سوف يتم الاعتماد في هذه الدراسة على المصادر المعلوماتية التالية **المصادر المكتبية :** والمتمثلة في الكتب والدوريات والدراسات والأبحاث والمقالات والأبحاث النظرية التي تناولت الموضوع .

المصادر الالكترونية : المتوفرة على شبكة الأنترنت العالمية ذات المصادقية العلمية.

٧. الإطار النظري للدراسة

١,٧. استراتيجية التفاؤل

١.١. ٧. تعريف التفاؤل

رغم صعوبة إعطاء تعريف للتفاؤل ضمن محددات مطلقة إلا أن (PETERSON. 2000) وصفه بما يشبه الأميبيا التي يلتصق بكل شيء ويعيد سبب أميبية التفاؤل وطبيعته اللاصقة إلى تعقيده. (نيكولاس. ٢٠١٢: ١٠٥)



عرفه عبد الخالق الأنصاري (١٩٩٥) بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل. تجعل الفرد يتوقع الأفضل. وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح. (القدومي. ٢٠١٥: ١٩٣) كما عرفه أيضا (مصطفى. ٢٠١٤: ٤٣٣) نقلا عن (SELIGMAN) "بأنه الطريقة التي يفسر بها الفرد اتجاهه نحو النجاح والفشل في حياته فالفرد المتفائل يرى الفشل بها مصدرا يساعد على التطور والنجاح ولذلك فهو يتصرف ويستجيب بفاعلية وسعادة كما يستطيع تطوير حياته نحو الأفضل".

وفي السياق ذاته يعرفه (الأنصاري. ٢٠٠٥: ٣١٥) نقلا عن (١٩٦٩. GRANDALL) "بأنه عبارة عن توقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق المطالب المستقبلية"

وعرفه أيضا (TIGER.1979) بأنه "دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الإنسان ويعد الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف أو الالتزامات . وأنه الأفعال أو السلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في حياتهم".

كما أشار (الأنصاري. ١٩٩٧: ١٤) في تعريفه لقلق الامتحان نقلا عن (SHCEIR ET CARVER ;1985) " بأنه استعداد يكمن داخل الفرد الواحد للتوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية".

ويعرف التفاؤل على أنه توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة . والاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيء (الدوري. ٢٠١٠: ٢٤٦)

من خلال التعاريف السالفة الذكر نستنتج أن التفاؤل هو استعداد داخلي ينشأ من نظرة الفرد واعتقاده الجيد والسر للأمور يبني على عدة أمور أساسية منها ثقته في نفسه وفي المحيط الذي يتواجد داخله.

٢,١,٧. خصائص الأشخاص المتفائلي

وفي هذا المقام يحدد (دانيال. ٢٠٠٠: ١٣٢) مجموعة من الخصائص تميز الأشخاص المتفائلين :

١. الثقة بالنفس والمخاطرة لتحقيق الأهداف.
٢. المرونة في اختيار السبل المناسبة للوصول إلى تحقيق الرغبات.
٣. عدم الاستسلام للقلق والضغوط وتجنب المواقف الانهزامية.
٤. يكون أكثر قدرة على التكيف الفعال مع مواقف الحياة الضاغطة.



٥. القدرة على اتخاذ أساليب مباشرة ومرنة في حل المشكلات التي تواجهه .
 ٦. يكون أكثر استخدام لأساليب المواجهة الفعالة التي تركز حول المشكلة.
 ٧. اللجوء إلى التخطيط أثناء المواقف الضاغطة.
 ٨. قدرة عالية على الضبط الداخلي وإعادة تغيير الإيجابي للمواقف المحيطة .
- ومن خلال الخصائص التي ذكرت حول الأشخاص الذين يتمتعون بالتفاؤل يلاحظ أن مصطلح التفاؤل يرتبط بعدة مميزات ترتبط بالجانب النفسي والشخصي للفرد.
- ١,٧,٣. المقاربات النظرية للتفاؤل :
- يعتبر التفاؤل سمة تؤثر على الحالة النفسية العامة للفرد هكذا ينظر علماء نفس الشخصية . وهي سمة لها الأثر البالغ على سلوكه وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل .
- أ-نظرية التحليل النفس**

يرى فريد في التفاؤل قاعدة عامة للحياة . وهو يعتقد أن الفرد يكون متفائلا مالم يقع في حياته حدث يجعل نشأة العقدة النفسية أمرا ممكنا . ويعني ذلك أن الفرد قد يكون متفائلا جدا إزاء أحد المواضيع أو المواقف . فتقع حادثة مفاجئة تجعله متشائما جدا من الموضوع ذاته وقد أطلق فرويد مصطلح التفاؤل الفمي للدلالة على التفاؤل الظاهر كسمة أو كطبع . فقد اعتبر منشئ التفاؤل من المرحلة الفمية وذكر بأن هناك سمات وأنماط شخصية مرتبطة بتلك المرحلة.

ب-النظرية المعرفية

يرى (SNYDER. 2003) أن التفاؤل يحتوي عنصر يسمى التخطيط والذي يقوم على حقائق منطقية مجردة والتي تتضمن نوعا من النشاط المعرفي . في حين أن المتفائلين يميلون للتركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية بالشخصية فيكونون أكثر اقتناعا بالرسائل الإيجابية المتعلقة بالشخصية وأقل اقتناعا بالمعلومات السلبية . ولعل أهم الدراسات التي تؤكد علاقة التفاؤل بالجانب المعرفي التي أشار فيها إلى ارتباط اللغة والذاكرة والتفكير بالتفاؤل.

ج-نظرية التعلم الاجتماعي

يتكون بناء شخصية الفرد من التوقعات والأهداف والطموحات وفعالية الذات . حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة . والذي يتم على ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم . ولذلك فإن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم وذلك لبعض المواقف . وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الأفراد في أداء بعض المهمات في بعض المواقف . وبالتالي تتكون لديهم توقعات إيجابية للنجاح في المستقبل إزاء هذه



المواقف . على حين قد يفشل بعض الأفراد في أداء بعض المهمات وبالتالي تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه هذه المواقف وبهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل إزاء الأحداث المستقبلية . ومن ثم تظهر الرابطة الواضحة بين التوقعات المستقبلية والتفاؤل على أساس نظرية التعلم الاجتماعي (العنزي . ٢٠١٥: ٢٠٨-٢٠٩)

التعقيب على المقاربات النظرية

اعتبرت المدرسة التحليلية أن التفاؤل ينشأ منذ المرحلة الأولى في حياة الفرد وأنه يبقى على نظرة جيدة للحياة مالم تحدث له مواقف مؤلمة . أما النظرية المعرفية اعتبرت التفاؤل نشاط معرفي يقوم على التخطيط والرسائل الإيجابية التي يبعثها الفرد في داخله كما فسرت نظرية التعلم الاجتماعي التفاؤل يبنى على مجموعة الخبرات التي تعلمها الفرد من مواقف معينة داخل بيئته الاجتماعية

٨. قلق الامتحان

٨,١. مفهوم قلق الامتحان

يعرف (حجازي. ٢٠١١: ١٠) قلق الاختبار بأنه " أحد مصادر القلق العام وغالبا ما يعبر قلق الاختبار عن حالة موقفية مؤقتة سببها المثير وهو الاختبار . وهو الحالة التي يصل إليها الطالب نتيجة الزيادة في درجة التوتر أو الخوف من أداء اختبار وما يصاحب هذه الحالة من اضطراب لديه في النواحي العاطفية والمعرفية والفيزيولوجية "

كما يعرفه أيضا (عبد الحميد. ٢٠١٣: ١١) "بأنه حالة شعور الطالب بتوتر وعدم ارتياح نتيجة حصول اضطراب في الجوانب المعرفية والانفعالية . ويكون مصحوبا بأعراض فيزيولوجية ونفسية وبيئية وقد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لمواقف الامتحان أو تذكرها".

وفي السياق ذاته عرفه (القشيشي. ٢٠١٨: ٦٥٩) بأنه " الحالة الانفعالية التي تلازم الطالب في موقف الامتحان نتيجة خوفه من الفشل في أداء الامتحان "

وأشار (زهران . ٢٠٠٠: ٩٦) أيضا "بأنه نوع من القلق المرتبط بموقف الاختبار حيث تشير هذه المواقف في الفرد الشعور بالانزعاج والانفعالية . وهي حالة وجدانية مكدره تعترى الفرد في المواقف السابقة للاختبار أو في الاختبار ذاته . وتتسم هذه الحالة بالشعور بالتوتر والخوف من الاختبار وقلق الامتحان هو مجموع الاستجابات النفسية والفيسيولوجية للمثيرات التي يربطها الفرد بخبرات الامتحان . وهو عبارة عن حالة



خاصة من القلق العام الذي يتميز بالشعور العالي بالوعي بالذات مع الإحساس باليأس الذي يظهر غالبا في الانجاز المنخفض للامتحان وفي كل المهام المعرفية والاكاديمية بصفة عامة . ويتكون قلق الامتحان من عاملين أساسيين هما :

- عامل القلق ويتضمن إدراك الذات.

- عامل الانفعالية ويشير الى الحالة الوجدانية والنفسية المصاحبة (الخطيب . ٢٠٠٩ : ٢٤٢)

٢,٨. **مصادر قلق الامتحان:** من خلال البحث في الأدب التربوي المتعلق بمصادر قلق الامتحان فقد أجمع التربويون أن لقلق الامتحان مصادر متنوعة ومتعددة وحصرها (الركابي . ٢٠١٨ : ٣٤٠-٣٤١) فيمايلي :

- طموحات وتوقعات واهتمامات الاسرة .

- استعداد الطالب نفسه.

- المعلم وطرائق التدريس.

- طرائق التقويم النفسية

- عادات الدراسية الجديدة .

وعليه قد تكون مصادر القلق كثيرة لدى الطلبة وخصوصا بعد التطور النفسي والتكنولوجي ونتيجة المشتقات الفكرية التي أصبحت أكثر في الوقت الحالي لزيادة متطلبات التعليم . فنلاحظ الطلبة يضيعون الوقت ولا يستطيعون التركيز في الامتحانات ويعانون من الفشل والافاق من تجاوز الامتحانات نتيجة الظروف الحياتية الكثيرة المتعلقة بعدة جوانب منها السياسية والاقتصادية والاجتماعية

٣,٨. **أعراض ومظاهر قلق الامتحان**

- التوتر والارق وفقدان الشهية .

- تسلط الافكار الوسواسية قبيل وأثناء ليالي الامتحان.

- كثرة التفكير في الامتحان والانشغال قبل واثناء الامتحان في النتائج المترتبة عنها.



- تسارع خفقان القلب مع جفاف الفم والشفهتين وسرعة التنفس وتصيب العرق .
- ألم البطن والغثيان.
- الشعور بالضيق النفسي الشديد قبل وأثناء تأدية الامتحان (الضامن . ٢٠٠٣ : ٢٢١).
- الخوف والرغبة من الامتحان والتوتر قبل الامتحان .
- اضطراب العمليات العقلية كالانتباه والتركيز والتفكير.
- الارتباك والتوتر ونقص الاستقرار والارق ونقص الثقة بالنفس .
- تشتت الانتباه وضعف القدرة على التركيز وصعوبة استدعاء المعلومات أثناء أداء الامتحان
- الرعب الانفعالي الذي يشعر فيه الطالب بأن عقله صفحة بيضاء . وأنه نسي ما ذاكر بمجرد الاطلاع على أسئلة الامتحان.
- تداخل معرفي يتمثل في أفكار سلبية غير مناسبة عن الامتحانات ونقص إمكانية المعالجة المعرفية للمعلومات (زهران. ٢٠٠٠ : ١٠٠)
- ٨, ٤. أسباب قلق الامتحان:

حدد (زهران ٢٠٠٠ : ٩٩) العديد من أسباب قلق الامتحان من أبرزها :

- قلة المعرفة بالموضوعات الدراسية
- ضعف الرغبة في النجاح والتفوق.
- صعوبة تعلم المعلومات او تنظيمها او مراجعتها قبل الاختبار
- قصور في الاستعداد للاختبار كما يجب .
- التمرکز حول الذات . ونقص الثقة في النفس.
- الاتجاهات السالبة لدى الطلاب والمعلمين والوالدين نحو الاختبارات .
- الضغوط البيئية وخاصة الاسرية لتحقيق مستوى طموح لا يتناسب مع قدرات الطالب.
- الضغوط المباشرة حيث يتعرض الطالب للتهديد أو يواجه الفشل .

٨, ٥. مكونات قلق الامتحان



يشير المهتمين أن قلق الامتحان يتضمن مكونين أساسيين هما كالتالي:

-**المكون المعرفي:** أو الانزعاج حيث يشغل الفرد بالتفكير في تبعات الفشل. مثل فقدان المكانة والتقدير وهذا يمثل سمة القلق.

-**المكون الانفعالي:** (الانفعالية) حيث يشعر الفرد بالضيق والتوتر والهلع من الامتحانات بالإضافة الى مصاحبات فيزيولوجية وهذا يمثل حالة القلق. (جميل ٢٠٠٢: ٢٤٦).

٨,٦- المقاربات النظرية المفسرة لقلق الامتحان :

تفسير قلق الامتحان من وجهة النظر المعرفية: لقد حاولت كثير من النظريات الحديثة تفسير الانجاز السيء المرتبط بالقلق العالي للامتحان ورأت أن التأثير النسبي للقلق في الموقف الاختباري هو دخول عوامل أخرى. حيث ينتج القلق العالي من استجابات غير مرتبطة بالمهام المطلوبة. مثل عدم التركيز. أو الاستجابات المركزة حول الذات التي تتنافس وتتداخل مع الاستجابات الضرورية المرتبطة بالمهام الأساسية ذاتها. والتي هي ضرورة؛ حيث يري أن الأفراد ذوي القلق Wine للإنجاز الجيد في الموقف الاختباري. ولعل هذا يتماشى مع وجهة نظر وأين العالي للامتحان يوزعون انتباههم علي الأمور المرتبطة بالمهمة والأمر المرتبطة بالذات. في حين أن أفراد ذوي القلق المنخفض للامتحان غالباً ما يركزون علي الأمور المرتبطة بالمهام المطلوبة فقط بدرجة أكبر فقد درسا القدرة العقلية وعادات الدراسة في الإنجاز الأكاديمي (Culler & Holahan). وقد وجد الباحثان أن لدي الطلبة أصحاب القلق العالي في الامتحان قدرات منخفضة وعادات دراسية سيئة وعلى هذا فان جزءاً علي الأقل من الإنجاز الأكاديمي السيئ لهؤلاء الطلبة ربما يعود إلي معرفة اقل بالمواد الدراسية.

تفسير قلق الامتحان من وجهة النظر السلوكية

يقول (عصفور. ١٩٩٤ : ٥٤) أن السلوكيون يرون أن الأفراد يستخدمون استراتيجيات تكيفية منها ايجابية ومنها سلبية لدي تفاعلهم مع الأوساط المحيطة بهم وما تفرضه عليهم من ضغوط ومشكلات. وقلق الامتحان استراتيجية سلبية تتمثل في الانسحاب النفسي والجسدي من الوضع المثير تتبدي في أنماط سلوكية متنوعة مثل



التعرق وزيادة إفراز الأدرينالين والبكاء وعدم القدرة على مسك القلم والكتابة والتشنج .
وفي ضوء ذلك فإن أفضل علاج لقلق الامتحان يتمثل في تدريب الفرد على الاسترخاء .

٨. الدراسات السابقة

تم البحث في الأدب النظري المتعلق بمتغيرات الدراسة الحالية . ونظرا لحدوث الموضوع الراهن لم تعثر الباحثة على أية دراسات مطابقة للموضوع الحالي نتيجة لحدثة الأزمة الراهنة التي باتت محل بحث من قبل الكثير من الباحثين في مجالات عدة . وعليه نأمن أن تكون مستقبلا بحوث متعمقة.

٩. عرض التصور

للإجابة عن التساؤل المتعلق: ما التصور المقترح للبرنامج الارشادي القائم على استراتيجية التفاؤل في التخفيف من قلق الامتحان لدى الطلبة في ظل الأزمة الصحية - جائحة كورونا نموذجا؟

للإجابة عن التساؤل المتعلق: ما التصور المقترح للبرنامج الارشادي القائم على استراتيجية التفاؤل في التخفيف من قلق الامتحان لدى الطلبة الجامعيين في ظل الأزمات - جائحة كورونا نموذجا؟

٩, ١. فكرة التصور

تزامنا مع الأزمة الصحية الراهنة التي يمر بها العالم بأسره - جائحة كورونا - وما خلفته هذه الأزمة على الصعيد المحلي والعالمي في شتى المجالات وحصر أثارها على الفرد ومختلف أطراف المجتمع . جاءت فكرة التصور على أساس التخفيف من قلق الامتحان لدى الطلبة الجامعيين والدور التي تلعبه استراتيجية التفاؤل في علم النفس الإيجابي - في ذلك في ظل الازمة الصحية الراهنة. ومن خلال فنيات علم النفس الإيجابي ومحاولة تطبيقها والاستفادة منها . وكذا الاستفادة من الأدب التربوي الذي تحدث عن قلق الامتحان واستراتيجية التفاؤل .

٩, ٢. الهدف من التصور

قامت الباحثة بتحديد الأهداف العامة والرئيسة للبرنامج من خلال الاطلاع على الأهداف التي قامت عليها بعض الدراسات التي سارت في نفس منحى الدراسة الحالية والدراسات المتعلقة قلق الامتحان والتفاؤل وتنميتها. وعليه جاءت أهداف جلسات هذا التصور على النحو التالي:

- التعريف بطبيعة البرنامج وأهدافه.
- أن يتعرف الطلبة على مفهوم قلق الامتحان.



- أن يتعرف الطالب على مهارة ممارسة العادات الصحية كالنوم الجيد والمبكر.
 - تنمية قدرة الطالب على استخدام مهارة ممارسة العادات الصحية- النوم الجيد والمبكر
 - أن يتعرف الطالب على مهارة الضبط.
 - تنمية قدرة الطالب على مهارة الضبط .
 - أن يتعرف الطالب على مهارة التوقعات لحدوث نتائج إيجابية .
 - تنمية قدرة الطالب على استخدام مهارات التوقعات لحدوث نتائج إيجابية.
- ٣,٩. مصادر اعداد التصور

يعتمد التصور الحالي على النظرية المعرفية في الارشاد المعرفي وبعض فنيات التفاؤل المتعلم والمتمثل بالدرجة الأولى في التوقع لحدوث نتائج إيجابية للتخفيف من قلق الامتحان في ظل الازمة الصحية الراهنة – فيروس كورونا-. وقامت الباحثة بالاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث المتعلقة بتنمية استراتيجيات التفاؤل . فمن هذه الدراسات دراسة (ملحم.٢٠١٤). (سيد.٢٠١٨). (جابر وآخرون.٢٠١٤). (الكشكي.٢٠١٨) (رمضان هالة.٢٠١٥)

٤,٩. محتوى التصور

١,٤,٩. أسس اختيار محتوى التصور:

- أن يكون متناسقا مع الأهداف.
- أن يكون قابلا للتقويم.
- أن يكون متنوعا.
- أن يحقق الهدف المنشود من البرنامج للتخفيف من قلق الامتحان من خلال استراتيجيات التفاؤل

٢,٤,٩. موضوعات التصور

تم تحديد موضوعات التصور من خلال تحديد أكثر الابعاد الشائعة في تنمية التفاؤل ونحدها فيمايلي:

- استخدام مهارة ممارسة العادات الصحية في التخفيف من قلق الامتحان.
 - استخدام مهارة الضبط في التخفيف من قلق الامتحان.
 - استخدام مهارة التوقع لحدوث نتائج إيجابية في التخفيف من قلق الامتحان.
- ٣,٤,٩. مضمون محتوى التصور وآلية تنفيذه وتقويمه



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٠٢١-٢٢)

الجلسات	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
الأولى	التهيئة للبرنامج والتعارف على الطلبة	- التعرف على طبيعة البرنامج وأهدافه - إعطاء التعليمات المتعلقة بالبرنامج وتحديد مواعيد جلسات البرنامج والتأكيد على أهمية الحضور والتفاعل مع البرنامج داخل الجلسات.	المحاضرة والمناقشة والحوار التدعيم الايجابي	٩٠ د
الثانية والثالثة	التهيئة للبرنامج والتعارف على الطلبة	بناء الثقة عن طريق توفير جو من الألفة والاحترام بين الطلبة وتشجيعهم على المشاركة من خلال تكوين العلاقة عن طريق التعارف فيما بينهم لكسر حاجز الجليد فيما بينهم.	المحاضرة والمناقشة والحوار التدعيم الايجابي	٩٠ د
الرابعة والخامسة	اعراض الفيزيولوجية المصاحب لقلق الامتحان في ظل في ظل الأزمة الصحية الراهنة - فيروس كورونا -	- توضيح مفهوم قلق الامتحان. - التعرف على آراء الطلبة وخبرتهم الخاصة حول مفهوم قلق الامتحان ومدى خطورة اجتياز الامتحان في ظل جائحة فيروس كورونا. - التعرف على أسباب قلق الامتحان . - التعرف على الأعراض الفسيولوجية المصاحبة لقلق الامتحان. تدريب الطلبة على طرق التخلص من التوهم بالأعراض الفيزيولوجية المصاحبة لقلق الامتحان في حالة الإصابة بفيروس كورونا قبل تأدية الامتحان .	استراتيجية ملاحظة الذات. الاسترخاء	٩٠ د



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الساد	مفهوم التفاؤل	أن يتعرف الطالب على مفهوم التفاؤل. -توضيح أهمية تعلم التفاؤل الايجابي. -بيان الفروق بين التفاؤل والتشاؤم. - توضيح خصائص الطلبة المتفائلين . أن يتعرف الطالبة على أبعاد التفاؤل وكيفية تعلمها في سبيل التخفيف من قلق الامتحان في ظل جائحة كورونا . التعرف على آراء الطلبة من خلال أمثلة واقعية حول دور التفاؤل في تفعيل الأحداث الضاغطة والمثيرة للقلق في الجانب الأكاديمي في الوقت الراهن ومثال ذلك: لديك طالب (س) يشعر دائما قبل البدء في مراجعة محتوى المادة الممتحنة في مقياس ما بتشتت في انتباه ويربط تفكيره بموضوعات أخرى تشغله عن المراجعة كالتفكير في الانسحاب من الامتحان . التسرب . او الرسوب . ويبدأ بالحوار النفسي ومن ثم الخوف من الامتحان والافاق في المادة الممتحنة. فينتابه الفشل والتشاؤم . وتارة أخرى قد يربط تفكيره بنجاحه ومدى تحصيله بمؤثرات إيجابية في الامتحان فيلجأ الى تطبيقها	العصف الذهني لعب الدور التغذية الراجعة الواجب المنزلي	٩٠ د
-------	---------------	--	---	------



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

		فتتولد لديه نظرة إيجابية تفاؤلية تزيد من دافعيته ل للنجاح والتعلم ومن ثم وتزاد الثقة بالنفس لديه أثناء التحضير للامتحان او الإجابة عليه		
٩٠ د	المحاضرة – الحوار السقراطي النمذجة الواجب المنزلي	- التعرف على أهمية ممارسة العادات الصحية وأهميتها في تخفيف من قلق الامتحان بزيادة التركيز . - التعرف على مظاهر ممارسة العادات الصحية المتعلقة بالسلوك الصحي وأهميته للتخفيف من قلق الامتحان في ظل جائحة كرونا وأهميتها في الحد من انتشار الفيروس كالنوم الجيد- الغذاء المتوازن- المكملات الغذائية كالزنك. فيتامين C – شرب السوائل...إلخ. - التعرف على آثار مدى خطورة انتشار جائحة فيروس كورونا وعدم الالتزام بالبروتوكول الصحي أثناء تأدية الامتحان. مما يزيد من قلق الامتحان بسبب التوهم بالإصابة وسرعة الانتشار داخل القاعات الممتحن فيها.	ممارسة العادات الصحية	الثامنة والتاسعة
٩٠ د	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	- توضيح مفهوم الضبط الداخلي / الخارجي لدى الطلبة قبل اجتياز الامتحان وعلاقته بخطورة الأزمة الراهنة وسرعة انتشارها .	مصدر الضبط	العاشرة



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٠٢١)

	الدحض	- التعرف على خصائص الافراد ذوي مركز ضبط داخلي / خارجي توضيح العلاقة بين مركز الضبط والتوقعات لحدوث نتائج ايجابية.		
٩٠ د	إعادة البناء المعرفي – التغذية الراجعة – النمذجة – النقاش الموجه	- أن يتعرف الطلبة على استراتيجية التوقعات لحدوث نتائج ايجابية الإيجابي وأهمية استخدامها في التخفيف من قلق الامتحان ظل الأزمة الراهنة . - التدريب على استراتيجية التوقعات لحدوث نتائج ايجابية الإيجابي في التخفيف من قلق الامتحان .	التوقعات لحدوث نتائج ايجابية	الثامنة والتا سعة
٩٠ د	المناقشة والتعزيز	-مراجعة تطبيق الأفكار والمهارات المتعلقة استراتيجية التفاوض وحث الطلبة على تطبيقها . -شكر الطلبة على المشاركة في البرنامج والالتزام بالحضور وتقويم البرنامج . - تطبيق البرنامج .	جلسة تقييم البرنامج الإرشادي المقترح	الثانية عشر

توصيات واقتراحات

١. عقد دورات لتدريب للطلبة لتطبيق استراتيجية التفاوض في التخفيف من قلق الامتحان لدى الطلبة في ظل الأزمات .
٢. تبني التصور المقترح من قبل الباحثين في مؤسسات التعليم العالي والاستفادة من نتائج الدراسة الميدانية وآلية تطبيق التصور.
٣. عقد ندوات وورشات عمل تهدف الى تنمية السمات النفسية والمعرفية وتنمية السلوك الإيجابي ليهم يتضمن اليات تكيفهم مع الوضع الراهن.



٤. ضرورة الاهتمام بالبرامج الارشادية ومناهجها الوقائية والنمائية لعلاج مختلف المشكلات الأكاديمية التي تواجه الطالب الجامعي على وجه الخصوص
٥. التعرف على أثر البرنامج المقترح في تنمية التفاؤل في التخفيف من قلق الامتحان لدى الطلبة الجامعيين في ظل الأزمة الصحية الراهنة بالجزائر.
٦. دراسة مستوى التفاؤل المتعلم لدى الشباب الجامعي في ظل الأزمات الصحية.

قائمة المصادر والمراجع

١. الأنصاري . بدر محمد (١٩٩٧) . التفاؤل والتشاؤم : المفهوم . القياس . مجلس النشر العلمي بجامعة الكويت . لجنة التأليف والتعريب والنشر .
٢. دانيال جولمان . (٢٠٠٠) . الذكاء العاطفي . سلسلة عالم المعرفة . الكويت .
٣. رضوان حامد جميل . (٢٠٠٢) . الصحة النفسية . ط١ . دار الميسرة عمان . الأردن
٤. رمضان . هالة (٢٠١٥) . فعالية برنامج ارشادي لتنمية التفاؤل لدى طلبة الجامعة دراسات نفسية . رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية .
٥. زهران حامد زهران . (٢٠٠٠) . الارشاد النفسي المصغر . طبعة عالم الكتب . القاهرة .
٦. صبري عبد الله كاظم الركابي . (٢٠١٨) . درجة القلق الامتحان لدى طلبة الخامس اعدادي . مجلة لارك . مجلد (٠٣) . العدد (٣٠) .
٧. الضامن منذر عبد الحميد (٢٠٠٣) . الارشاد النفسي . ط١ . مكتبة الفلاح . الكويت .
٨. عبد الحميد . (٢٠١٣) . قلق الامتحان لدى طلبة كلية التربية الرياضية .
٩. عبد الرحمان الحجازي . لورانس زكري . (٢٠١١) . الغش في الامتحانات أسبابه . نتائجه . مقترحات للحد منه . المكتب الجامعي الحديث . سلسلة الدراسات : المشكلات السلوكية في المؤسسات التربوية . ج١ .
١٠. عبد الرحمان الخطيب . (٢٠٠٩) . الخدمات الاجتماعية كممارسة تخصصية مهنية في المؤسسات التعليمية . مكتبة الانجلو المصرية للنشر والطباعة . ط١ . القاهرة . مصر .
١١. عبد الكريم إيمان والدوري . (٢٠١٠) . التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية . مجلة البحوث التربوية والنفسية . المجلد (٢٧) . العدد (٢٧) .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

١٢. عبد الناصر . عبد الرحيم محمد قدومي (٢٠١٥). التفاؤل وجودة الحياة والسعادة لدى طلبة العلوم الشرطية والعسكرية والأمنية . جامعة نايف للعلوم الأمنية . الرياض السعودية.
١٣. عصفور وصفي عصفور (١٩٩٤) . نماذج من الاختبارات والمقاييس . عمان . الاردن .
١٤. عويضة . (١٩٩٦). مشكلات الطفل سلسلة علم النفس . دار الكتب العلمية . بيروت لبنان .
١٥. محمد حوال القثيبي . (٢٠١٨). قلق الاختبار والتحصيل الدراسي في علاقتهما ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلاب كلية التربية . المجلة التربوية . العدد ٥٣.
١٦. المعاينة . معتصم عبد الرحمان (٢٠١٩). مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب الصف الأول الثانوي العلمي في مديرية التربية والتعليم لمنطقة الكرك . مجلة تشرين الآداب والعلوم الإنسانية . المجلد (٤١) . العدد (٥٥)
١٧. منار بني مصطفى . (٢٠١٤). الحكم الأخلاقي وعلاقته بمستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك . المجلة الأردنية في العلوم التربوية . المجلد (١٠). عدد ٤
١٨. الناشي وجدان (٢٠١٩). أثر استراتيجيات القبعات الست في خفض قلق الامتحان لدى تلاميذ الصف السادس ابتدائي. مجلة الأستاذ. المجلد (٨٦) . العدد (١).
١٩. نيكولاس كولانجيلو . (٢٠١٢) . المرجع في تربية الموهوبين : العبيكان للنشر.
٢٠. هلال. عمرو محمد. كريم ياسمين. (٢٠٢٠). دور الوعي التروحي في استثمار أوقات الفراغ لدى الأسرة المصرية في ظل جائحة فيروس كورونا المستجد. العدد (٨٩). ج (٠٤).



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

(اثر استخدام اسلوب تعليم الاقران للتعلم التعاوني في بعض مهارات الجمناستك الفني لطلبة قسم التربية الرياضية)

ا.م.د. المعتصم بالله وهيب احمد عدنان حشروش
جامعة ديالى / كلية
التربية الاساسية

Am2015am88@gmail.com

الكلمات الافتتاحية : تعليم الاقران . التعلم التعاوني

ملخص البحث

برزت اهمية هذا البحث في تطبيق أسلوب التعلم التعاوني في دروس قسم التربية الرياضية وفي مادة الجمناستك الفني تحديداً التي شأنها شأن بقية الفعاليات لتعرف على تأثير ذلك الاستخدام ودرجة اكتساب بعض المهارات في درس الرياضة لفعالية الجمناستك . ولمعالجة مشكلة البحث يكون في تطبيق اسلوب التعلم التعاوني على طلبة الكلية التربية الاساسية بتقنية تعليم الاقران . ومن الجدير بالذكر ان الطالب عند تطبيق مبدأ التعاون سيكون خاضعاً للاختبارات الفردية والتي هي صلب مشكلة البحث وقد هدف البحث التعرف على اثر استخدام اسلوب تعليم الأقران للتعلم التعاوني لطلبة قسم التربية الرياضية لتعلم بعض مهارات الجمناستك الفني وقد فرض البحث الى وجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية بين المجاميع الاربعة في تعلم الطلاب لبعض المهارات على وفق تعليم الأقران للتعلم التعاوني لبعض مهارات لفعالية الجمناستك الفني . وقد اشتملت على المجال البشري المتمثل بطلاب مرحلة الثالثة والبالغ عددهم (٢٠) طالب . فقد تناول منهج البحث وإجراءاته الميدانية اذ استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات الاختبارات البعدية كونه اكثر ملائمة لمشكلة البحث وتحليل النتائج ومناقشتها من خلال الجداول الإحصائية ومن خلال النتائج فقد تم التوصل الى الاستنتاجات ان هناك تعلم في الاداء لبعض مهارات الجمناستك الفني على أفراد عينه البحث.



(The effect of using peer education method for cooperative learning for people with disabilities (deaf) on some of your artistic gymnastics skills)

**Asst.prof. Dr. ALmutasim Billah . Mahdi Ansaam sabaa
chaloo Ahmed Adnan Hatroush**

Colleg of Basic Education University of Diyala

Am2015am88@gmail.com

The importance of this research has emerged in the application of the cooperative learning method in the lessons of the Department of Physical Education and in the subject of technical gymnastics in particular. which is like the rest of the activities. to know the effect of that use and the degree of acquisition of some skills in the study of sports for the effectiveness of your gymnastics. The faculty of basic education with peer education technology. and it is worth noting that the student. when applying the principle of cooperation. will be subject to individual tests. which are the core of the research problem. He found statistically significant differences in the pre and post tests between the four groups in students 'learning of some skills according to peer education for cooperative learning some skills for the effectiveness of your artistic gymnastics. It included the human field represented by the third stage students. who numbered (20) students. It dealt with the research method and its field procedures. as the researcher used the experimental method with one group with dimensional tests being more suitable for the problem of research. analyzing the results and discussing them through statistical tables and through the results. conclusions were reached that there is learning in the



performance of some technical gymnastics skills on the individuals
of the research sample

المقدمة

لقد اهتم عدد كبير من المربين ومنذ مدة ليست بالوجيزة بالتربية العملية أمثال جون ديوي وروسو وبستالودزي. وغيرهم من الذين ربطوا المدرسة بالحياة بمعنى ان التربية والتعليم لابد من ان يلبي حاجات الحياة الاجتماعية بأشكالها المختلفة وقد أكد المربون أيضاً ان المجتمع هو مجموعة من العادات الاجتماعية او المؤسسات التي يشترك بعضها مع البعض وان المجتمع الصالح هو ذلك المجتمع الذي تتعاون فيه مؤسساته جميعها بطريقة تحقق لمواطنيه النمو المشبع لهم لقد اولى التربويون في السنوات الأخيرة على وجه الخصوص اهتماماً متزايداً بالنشاطات والفعاليات التي تجعل الطالب محوراً لعملية التعليم والتعلم. ومن ابرز هذه النشاطات استخدام أسلوب التعلم التعاوني (Cooperative Learning Style) (السراج . فؤاد ابراهيم : ١٩٨٧ : ١٤٥) الذي يعني ترتيب الطلبة على شكل مجموعات . وتكليفهم بعمل او نشاطات يؤدونها مجتمعين متعاونين وهو ما يشابه عمل الطلاب في قسم التربية الرياضية . ومن هنا تتجلى اهمية البحث في دروس التربية الرياضية قد تغير في السنوات الأخيرة منهجية في قسم التربية الرياضية . فقد برزت اهمية هذا البحث في تطبيق أسلوب التعلم التعاوني في دروس التربية الرياضية وفي مهارة الجمناستك تحديداً التي شأنها شأن بقية الدروس لتعرف تأثير ذلك الاستخدام ودرجة اكتساب الكلية التربية الاساسية لبعض المهارات في رياضة الجمناستك . ومن هنا تجلت مشكلة البحث في تطبيق اسلوب التعلم التعاوني على طلبة الكلية قسم الرياضة بتعليم الاقران . ومن الجدير بالذكر ان الطالب عند تطبيق مبدأ التعاون سيكون خاضعاً للاختبارات الفردية على ان تحسب نتائج الاختبارات ليس للفرد وانما للمجموعة (كل مجموعة على حده) مع ايجاد فرص للتعزيز والدافعية عن طريق تقديم المكافآت المعنوية للمجموعة المتفوقة. حيث يهدف البحث الى على اثر استخدام اسلوب تعليم الاقران للتعلم التعاوني لطلبة القسم الرياضة لتعلم بعض مهارات الجمناستك الفني و تحديد أفضلية درجات التعلم بتعليم الاقران للتعلم التعاوني لطلاب لطلبة القسم الرياضة في بعض مهارات الجمناستك الفني .



٢- منهج البحث واجراءاته الميدانية

١-٢ منهج البحث

ان طبيعة المشكلة تلزم الباحثون اختيار المنهج الملائم . وعليه استخدم الباحثون المنهج التجريبي الذي يعد " من اكثر الوسائل كفاية في الوصول الى المعرفة الموثوق بها " (ديوبولد فان دالين: ١٩٨٥: ص٤٠٧) ويعرفه أيضا "محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغير او المتغيرات التابعة في التجربة ما عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحثون ويم تغييره على نحو معين . بقصد تحديد وقياس تأثير في المتغير او المتغيرات التابعة " (نوري ابراهيم الشوك: ٢٠٠٤: ص٥٩) .

ولكون هذا المنهج يتصف بدقة نتائجه مقارنة مع النتائج الأخرى من (صدق ووثبات وموضوعية) استخدم الباحثون تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي أي قياس مجموعة واحدة قبل التجربة وبعدها " ويعتبر الفرق بين التابعة لقياس المتغير دليلاً على اثر العامل التجريبي " (ابو طالب محمد سعيد: ١٩٩٠: ص٢١)

جدول (١)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

المستقل	القبلي	البعدي
T2	X	T1

T1: اختبار قبلي
X : متغيرا تجريبيا (مستقلا)
T2 : اختبار بعدي

٢-٢ عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثل بطلبة كلية التربية الاساسية قسم الرياضة جامعة ديالى وهم طلاب المرحلة الثالثة للعام الدراسي (٢٠١٩ – ٢٠٢٠) .

الجدول (٢)

النسبة المئوية لعينة البحث

عدد أفراد العينة	العينة		
	العدد الكلي	الصف	العينة المختارة
كلية التربية الاساسية قسم التربية الرياضية	١٦٠	الثالثة	٢٠
			النسبة المئوية %١٢,٥



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

وقد قام الباحثون بإثبات تجانس عينة البحث اعتماداً على بعض القياسات مثل (الطول . الوزن والعمر الزمني) على نحو ما مبين في الجدول (٣) .

الجدول (٣)

قيم معامل الالتواء المحسوبة للقياسات (الطول . الوزن والعمر)
لإثبات تجانس عينة البحث

المتغيرات	س	ع	الوسيط	معامل الالتواء	حدود الثقة
الطول	١٥٦,٥	٦,٨١	١٥٥,٩٥	٠,٠٨	١ ±
الوزن	٥٦,٩٨	٥,٩٧	٥٥,٥٤	٠,٢٤	١ ±
العمر	١٦,٧١	٠,٦٤	١٦,٣١	٠,٦٢	١ ±

٣-٢ الاجهزة والأدوات:

١- بساط الحركات الارضية.

٢-٤ تحديد المهارات لبساط الحركات الارضية

لغرض تحديد اهم المهارات الاساسية لبساط الحركات الارضية نظم الباحثون استبانة الملحق ثم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (الجمناستك الفني - التعلم الحركي) وذلك لاستطلاع آرائهم في تحديد اهم المهارات الاساسية لبساط الحركات الارضية وبعد ذلك فرغت الاستمارة واستخرجت نسبة (٨٠ %) " فأكثر وللباحثون حق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختيار المؤشرات " على النحو الموضوع في الجدول (٤)

الجدول (٤)

يبين الاهمية النسبية للمهارات المختارة بحسب آراء الخبراء والمختصين .

المهارات	الدرجة الكلية	الاهمية النسبية	النسب المقبولة	النسب غير المقبولة
الميزان الامامي	٤٥	٩٠%	✓	
الدرجة الامامية	٤٢	٨٤%	✓	
الدرجة الخلفية	٢٩	٥٨%		×
العجلة البشرية	٣٩	٧٨%		×
القفزة العربية	٢٥	٥٠%		×



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٣-٢٤/٢٠٢٠)

قفزة اليمين الامامية	٢٠	%٤٠	×
قفزة اليمين الخلفية	٢٤	%٤٨	×

٥-٢ التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحثون تجربة استطلاعية بتاريخ ٢٠٢٠/٧/١٥ على عينة من طلبة مرحلة الثالثة قسم التربية الرياضية والبالغ عددهم (٥) طلاب قبل قيامهم بالبحث بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته. ومن اجل معرفة الثقل العلمي للاختبارات وتم استبعادهم في التجربة الرئيسية. قام الباحثون بإيجاد معاملات الثبات والصدق والموضوعية من خلال التجربة الاستطلاعية. اذ طبقت هذه الاختبارات على العينة المذكورة سالفاً ثم اعيد تطبيقها على العينة نفسها بعد مرور سبعة ايام على وفق ما اشار اليه (مروان عبد المجيد ابراهيم: ٢٠٠٠:ص٤٤) من ان " لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول " (١). وعن طريق حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات التطبيقين الاول والثاني تم حساب معامل الثبات الذي يعد شكلاً من اشكال معامل الارتباط بين نتائج الاختبار في مرتين متتاليتين (٢) وكان معاملأً عالياً مما يدل على ان الاختبارات جميعها كانت تتمتع بدرجة ثبات عالية(عبد الرحمن محمد عيسوي: ١٩٧٤:ص٥٢) بحسب كما موضح في الجدول رقم (٥)

جدول (٥)

معامل الثبات لنتائج الاختبارين (الدرجة الامامية . والميزان الامامي)

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	حدود الثقة	نوع الارتباط
٢-	الدرجة الامامية	درجة	٠,٨٨٥	$1 \pm$	عالي
١-	الميزان الامامي	درجة	٠,٧٩٩	$1 \pm$	عالي

٦-٢ الاختبارات القبلية

تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٠/٧/٢٢ وذلك الساعة التاسعة صباحاً وتم عن طريق التصوير الفيديوي كوسيلة موضوعية وكانت الكاميرا التي صورت على ارتفاع (١٦٠) سم وعلى بعد (١٠) م من منطقة



الأداء المهاري للاختبارات المهارية (الدرجة الأمامية . والميزان الأمامي) ومن الجانب المختار . و تحديد المهارات الحركية بالجناساتك (الدرجة الامامية . الميزان الامامي) .

٧-٢ المنهج التدريبي

استمر تطبيق المنهج التعليمي (٤) أسابيع بواقع (٨) وحدة تعليمية وبواقع (٤٥) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة . وقد راعى الباحثون الوقت المحدد لكل وحدة تعليمية وعدد الوحدات الأسبوعية بما يتلاءم مع مفردات المنهج الدراسي المقرر للمرحلة الثالثة قسم التربية الرياضية كلية التربية الاساسية . والمنهج التعليمي " هو المحتوى التطبيقي لعملية التعلم . إذ يمكن من خلاله تحليل المادة والوصول الى الهدف كونه يتحكم في ذلك ثلاثة عوامل اساسية هي (المعلم . المتعلم . والمحتوى النظري) . اذ ان هذه العوامل يؤثر كل منها في الآخر بشكل متبادل . فهي من العوامل المهمة الأساسية لتحقيق أي هدف تربوي " (مناهل عبد الحميد: ٢٠٠١:ص٤٨) . تم استعمال طريقة التجزئة لتدريس مهارات الجناساتك للمجموعتين وتم تطبيق المنهج على المجموعة التجريبية من خلال المهارات المختارة . وقد قسم الطلاب الى اربع مجاميع بواقع (٣) طالب في كل مجموعة ليتاح لهم تطبيق المنهج باستخدام تقنية تعلم الاقران للتعلم التعاوني اذ ان اسلوب " المجموعات الصغيرة في التعلم التعاوني يتيح للطلبة المشاركة بصورة كبيرة لايجاد نتائج تعليمية مرغوب فيها . فضلاً عن انها تسهل عملية التعلم بشكل اكثر فاعلية " وقد تم التطبيق على النحو الاتي :

١- المجموعة التجريبية :-

- أ- تم تدريس هذه المجموعة بأسلوب التعلم التعاوني بتقنية تعلم الاقران . اذ قسم الطلاب الى مجموعات صغيرة تتألف كل مجموعة من (٣) طالب.
- ب- يعرض مدرس المادة الهدف التعليمي من المدرس ثم يشرح الاجزاء المكونة للمهارة . فضلاً عن انه يعرض المهارة امام رؤساء المجموعات ليتاح لهم عرضها على اقرانهم في المجموعات في الجزء التطبيقي للدرس .
- ج- في كل مهارة او لعبة يأمر المدرس بإبدال المجموعات لتغيير نوع اللعبة او المهارة . وبإبدال قائد المجموعة بطالب اخر . والغاية من ذلك هي تعلم كل افراد المجموعة المهارة الحركية بسرعة وأفضلية .
- د- يكون العمل بهدوء ونظام بوجود قائد المجموعة من حيث الاداء والحوار والتعائش بين طلاب المجموعة الواحدة . ويتأكد قائد المجموعة من تعلم افراد المجموعة جميعهم



ويشرف هذا القائد على المهمات الجزئية للمجموعة . اما الانتقال من جزئية لآخرى فيقوم بها مدرس المادة .

يراقب ويتابع مدرس المادة العمل فضلاً عن انه يدرس ويشرح ويعرض المهارة ويراقب عمل المجموعات التعاونية . ويعزز استجاباتهم الصحيحة زيادة على ذلك فانه يقدم التغذية الراجعة لهم عن طريق قائد المجموعة

٨-٢ الاختبارات البعدية لعينة البحث

بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية للمجموعات التجريبية تم اجراء الاختبارات البعدية خلال اسبوع واحد في المدة من (٢٤/) لغاية (٢٤/٨/٢٠٢٠) وقد عمل الباحثون على تهيئة الظروف نفسها التي اجريت فيها الاختبارات القبليّة نفسها من حيث وقت إجراء الاختبارات وتسلسل إجراءاتها باستخدام الادوات المساعدة نفسها مع توحيد فريق العمل المساعد في الاختبارين كليهما.

٩-٢ الوسائل الإحصائية

لقد استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات

٣ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٣-١ عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية (المجاميع الأربع) في اختبارات البحث جميعها وتحليلها .

الجدول (٦)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم العينة في الاختبارات للمجموعة التجريبية الإعدادية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القبليّة		البعدية		قيمة (t)
			س	ع	س	ع	
١	الميزان الأمامي	درجة	٣,٢٢	٠,٤٩	٥,١٦	٠,٥٤	١,٨٩
٢	الدرجة الأمامية	درجة	٣,١٦	٠,٠٤	٥,٤١	٠,٨٧	٣,٠٨

يتضح من الجدول رقم (٨) الخاص بنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات (الميزان الأمامي . الدرجة الأمامية) في المجموعة التجريبية أن قيمة



الوسط الحسابي للميزان الأمامي في الاختبار القبلي قد بلغت (٣,٢٢) درجة بانحراف معياري بلغ مقداره (٠,٤٩) درجة . فيما بلغ الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي (٥,١٦) درجة بانحراف معياري بلغ مقداره (٠,٥٤) درجة . أما الوسط الحسابي لمهارة الدرجة الأمامية في الاختبار القبلي قد بلغ (٣,١٦) درجة بانحراف معياري قدره (٠,٠٤) درجة . في حين بلغ الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي هو (٥,٤١) درجة بانحراف معياري مقداره (٠,٨٧) درجة .

٢-٣ مناقشة النتائج

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية في اختبارات المهارات (الميزان الأمامي . الدرجة الأمامية) بين أسلوب (التعلم التعاوني) ولمصلحة مجموعة التعلم التعاوني .

ويعزو الباحثون أسباب هذه الفروق إلى أن أسلوب التعلم التعاوني بطريقة تقنية تعليم الأقران قد اثر في زيادة تحصيل المتعلمين مهارياً مقارنةً بأثر الأسلوب . وقد يعزى السبب في ذلك إلى الاستثمار الأمثل لوقت أداء المهارة التي يقوم بها كل متعلم متلقياً التغذية الراجعة الفورية والمباشرة من قائد المجموعة تارة . ومن مدرس المادة تارة أخرى . فضلاً عن المساعدة بين الطلبة أنفسهم الأمر الذي عمل على اكتساب المتعلم خبرات مضافة من قائد المجموعة من جهة ومن المعلم من جهة أخرى وكلٍ له شكل حركي للأداء الفني وتحرك يخدم المتعلم على وفق ظروف مختلفة في حين أن مجموعة التعلم التقليدي ينتظر فيها المتعلم مدة زمنية معينة لكي يتلقى التغذية الراجعة من مدرس المادة فقط . وفي بعض الأحيان لا يشاهد المدرس الطالب في أثناء أداء التمرينات بسبب كثرة الطلاب مقارنة بمجموعة التعلم التعاوني . إذ يشير (عثمان.عبدالغني: ١٩٨٧: ص٥٥) إلى " أن التغذية الراجعة تعد من أهم المتطلبات الأساسية في عملية التعلم " .

ويؤكد (Robb.D.Margante ;1972:p34) أنه إذا أردنا الحصول على أداء حركي تام فإن هذا لا يأتي عن طريق التمرين فقط وإنما بالتمرين مضافاً إليه التغذية الراجعة .

والتفسير الآخر المحتمل لهذه النتيجة هو أن أسلوب التعلم التعاوني بتقنية تعلم الأقران يجعل التركيز في الأداء تحت إشراف المجموعة وقائدها أكثر من الأسلوب التقليدي وهذا ما يزيد ويرفع عاملي الدقة والتركيز عند تنفيذ المهمات التعليمية بشكل أفضل . فضلاً عن ذلك فإن هناك من يراقب المتعلم من قائد وأفراد المجموعة عند تنفيذ



التمرين . وان التوجيهات والإرشادات والتعليمات التي يتلقاها المتعلم من قائد المجموعة وأفرادها والتفاعل الإيجابي بينهم يدفع المتعلم لتحقيق مستوى مهارة افضل بهدف تحقيق تحصيل جماعي افضل . إذ يكون المتعلم مشاركاً نشطاً في عملية التعلم وليس مجرد مستقبل للمعلومات . أما في الأسلوب التقليدي فان المتعلم لا يتلقى الإرشادات والتوجيهات إلا من المدرس فقط وقد يكون هدفه فردياً لتحقيق المستوى المطلوب .

ويؤكد (سامي صالح احمد الشيخ: ١٩٩٣:ص٣٣) " أن مزايا التعلم التعاوني هو ارتباط تحصيل الطالب وتعلمه إيجابياً مع بقية أفراد المجموعة التي ينتمي إليها . على العكس من الأسلوب التقليدي الذي يكون مبدؤه هو الأداء الانفرادي أو التنافسي بين طلاب الصف الواحد (الشيخ . ١٩٩٣ سبق ذكره) . ويتفق هذا الرأي مع ما أشار إليه (Manning) بقوله أن " استخدام التعلم التعاوني يعمل على المشاركة الفعالة بين الطلاب . ويبيدي تعاوناً بناءً يتم من خلاله الإفادة من قدرات طلاب المجموعة الواحدة حيث يؤدي إلى اندماج هذه القدرات في محصلة واحدة تتحد معاً ليفيد منها أفراد المجموعة الواحدة ويحسّوا انهم مسؤولين عن إنجاز كل فرد في تحقيق هدف جماعي أو أهداف مشتركة . فيقبلوا على التعلم بفاعلية وحماس شديدين اكثر من التعلم بالأسلوب التقليدي الذي يخلو من التعاون والمشاركة الجماعية ويولد نوعاً من الأنانية " (فراس أكرم سليم: ٢٠٠٠:ص٥٧) .

ويعزا السبب في هذه الفروق أيضاً أن التعلم التعاوني هو أسلوب جديد في التدريس مما أدى إلى تقبل المعلمين لهذا الأسلوب بحماس كبير . فضلاً عن أن للعبة الجمناستك مواصفات يظهر فيها أسلوب التعلم التعاوني شكلاً ومضموناً . فكل مهارة تعتمد على المهارة التي تسبقها والتي تليها . زيادة على ذلك فإن كل طالب في المجموعة ضمن اختصاصه يعتمد على خبرة الطالب الآخر ومساعدته عند الضرورة في الاختصاص . ويدعم هذا أهداف التعلم التعاوني بتقنية تعلم الأقران .

ومن خلال بعض النتائج نشاهد أن للتغذية الراجعة دوراً مهماً في تعلم الكثير من المهارات الحركية واكتسابها بحسبما يشير إليه (محجوب: ٢٠٠٠ :ص١٦٨) نقلاً عن (فؤاد أبو حطب ١٩٨٦) بقوله " أن بعض أنواع التعلم لا يمكن اكتسابها ولاسيما المهارات الحركية إلا بمعرفة النتائج أو ما يسمى بالتغذية الراجعة " . إذ أن تقديم التغذية يكون متكرراً في مراحل التعلم الأولى وذلك لحاجة المحاولات إلى تحسين في الأداء . ويكون هذا التكرار في افضل حالاته عندما تكون هناك مجموعات تعاونية



صغيرة . فقد اتضح تعلم الطلاب الأفضل والسريع وكان التعلم قليل المتاعب ومختصراً للوقت .

لذا نشاهد أن تحقق الهدف المنشود من تعلم مهارات حركية معينة يكون في المستوى الذي يحققه المتعلم في نهاية المدة المحددة للعملية التعليمية (فراس أكرم سليم:مصدر سبق ذكره).

٤- الخاتمة

من خلال المعالجة الاحصائية و النتائج التي حصل عليها الباحثون تم التوصل الى الاستنتاجات الاتية هناك ظهور فروق معنوية ذات دلالة احصائية في مجاميع البحث الاربعة وهذه المجاميع ضمن المجموعة التجريبية الواحدة حسب التصميم التعليمي المطبق بالبحث- ان النتائج التي افرزتها الاختبارات اثبتت صلاحية المنهاج التعليمي الذي أعده الباحثون استناداً الى الية التعلم الكبيرة الحاصلة في تعلم الطلاب للمهارات . وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلوا اليها الباحثون الى التوصيات الاتية : اعتماد اسلوب التعلم التعاوني بتقنية تعلم الاقران عند تعليم الطلبة مهارات لعبة الجمناستيك ضمن المنهج الدراسي في الجامعات الاكاديمية العراقية - ضرورة التنوع في استخدام طرائق التدريس واساليب التعلم في المراحل الدراسية المختلفة .

المصادر و المراجع

- ١- السراج . فؤاد ابراهيم ؛ المدخل الى فلسفة التربية الرياضية : (الموصل . مطبعة دار الكتب للنشر والتوزيع . ١٩٨٦) .
- ٢- سامي صالح احمد الشيخ ؛ مقارنة بين اثر استراتيجيتي التعلم التعاوني والتعلم حسب الطريقة التقليدية في تحصيل الصف الخامس الأساسي بمادة العلوم : (١٩٩٣) .
- ٣- عثمان . محمد عبد الغني ؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي . ط ١ : (الكويت . دار القلم . ١٩٨٧) .
- ٤- فراس أكرم سليم : (رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد . ٢٠٠٠)
- ٥- مناهل عبد الحميد ؛ الألعاب الشعبية وتأثيرها في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية لدى طلبة المرحلة الابتدائية الاولى : (رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد . ٢٠٠١) .
- ٦- وجيه محبوب ؛ التعلم وجدولة التدريب . ط ١ : (بغداد . مكتب العادل للطباعة الفنية . ٢٠٠٠) .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

٧- ديوبولدفان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ترجمة: محمد نبيل وآخرون
(القاهرة. مكتب الانجلو المصرية للطباعة ١٩٨٥)

٨- نوري ابراهيم الشوك ؛ رافع الكبيسي ؛ دليل اللباحت لكتابة الابحات في التربية
الرياضية (بغداد . ٢٠٠٤)

٩- ابو طالب محمد سعيد ؛ علم مناهج البحث ؛ ج ١ (ب غ ١٩٩٠)

1.Manning Lee & Laking. R.. what and how of cooperative
learning. The social studies. vol.. 82. no. 3. 1991.

2.Robb.D.Margante (1972) the dynamics of motor skills
acquisition prentice-hall inc. Englewood.cliffs.New jersey.

ملحق رقم (١)

الوحدات التعليمية للمنهج التعليمي

الأهداف التعليمية : تعلم الطلاب مهارة الميزان
الأمامي في الجمناستك
الوحدة : الأولى
اليوم والتاريخ
الفعالية : الجمناستك
الأهداف التربوية : التأكد على العمل بشكل مجموعات
الاحترام المتبادل بين المجاميع
الزمن : تعاونية مع

أقسام الوحدات	الزمن	شرح المهارة	التنظيم	الملاحظات
المقدمة	٣ د	تهيئة الطلاب والأدوات والتوضيح لعمل مجموعات		التأكد على الوقوف الصحيح
الاحماء	٥ د	تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم		الإحماء العام يكون على شكل رتل
القسم التحضير ي				



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الإحماء الخاص	٥ د	تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين الخاصة بالجمناستك		التأكد على جمع المجموعات العضائية المشاركة في الإحماء الخاص
الجزء التعليمي	٧ د	شرح مهارة الميزان الأمامي وكيفية أداء الأجزاء المكونة لتلك المهارة مع ربط الأجزاء معاً وعرض نموذج من المدرس		أداء نموذج من كل جزء من أجزاء المهارة
الجزء التطبيقي	١٠ د	كل مجموعة بقائدها تنفذ التمرين الخاص بها وكل طالب مسؤول عن التنفيذ ثم يتم تبديل المجموعات دورياً من قبل المدرس		التأكد على رفع الرجل الثانية
المجموعة الأولى التعاونية	١٥ د	الأسبوع الأول – كيفية تعليم المجاميع على الثبات على واحدة اليمنى أو اليسرى . يتكرر التمرين مع العد إلى العشرة وبعدها تكرر المهارة بدون العد مع الثبات أكثر مدة		التأكد على رفع الرجل الحرة للخلف إلى الأعلى
المجموعة الثانية التعاونية	١٥ د	المجموعة التعاونية الثانية تطبق نفس المجموعة الأولى مع مراعاة التغذية الراجعة من القائد		التأكد على قوة عضلات الرجل المرتكزة لحمل الجسم أفقياً
المجموعة الثالثة التعاونية	١١ د	يطبق نفس التمرين للمجاميع الأخرى مع مراعاة التغذية الراجعة من قادة المجموعة		التأكد على التوجهات حول العمل التعاوني



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المجموعة الرابعة التعاونية	١٢ د	يطبق نفس التمرين للمجاميع الأخرى مع مراعاة التغذية الراجعة من قادة المجموعة	التأكد على التوجهات حول العمل التعاوني
القسم الختامي	٧ د	تمارين تهدئة واسترخاء إذا كان بعد درس الرياضة درس علمي وإذا العكس (فراغ) تعطى تمارين شد بسيط مع جمع الأدوات إلى مكانها ثم الإيعاز والانصراف	التأكد على التوجهات حول العمل التعاوني

ملحق رقم (٢)

الوحدات التعليمية للمناهج التعليمية

الأهداف التعليمية : تعلم الطلاب مهارة الدحرجة الامامية
المكورة في الجمناستك الفعالية : الجمناستك
الوحد : الأولى
اليوم والتاريخ :
الزمن :
الأهداف التربوية : التأكد على العمل بشكل مجموعات
تعاونية مع الاحترام المتبادل بين المجاميع

اقسام الوحدات	الزمن	شرح المهارة	التنظيم	الملاحظات
المقدم ة	٣ د	تهيئة الطلاب والأدوات والتوضيح لعمل مجموعات		التأكد على التنظيم والوقوف الصحيح



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الإحماء العام يكون على شكل رتل		تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم	٥ د	الاحماء عام	الف سم
التأكد على جمع المجموعات العضوية المشاركة في الإحماء الخاص		تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين الخاصة بالجمناستك	٥ د	الاحماء خاص	التد ضي ري
أداء نموذج من كل جزء من أجزاء المهارة		شرح مهارة الدرجة الأمامية وكيفية أداء الأجزاء المكونة لتلك المهارة مع ربط الأجزاء معاً وعرض نموذج من المدرس	٥ د	الجزء التعليمي	
التأكد من الجلوس الصحيح على الأربع وفتح الركبتين بشكل بسيط لوضع الرأس بينهما لأخذ إحساس الثني بالرقبة		كل مجموعة بقائدها تنفذ التمرين الخاص بها وكل طالب مسؤول عن التنفيذ ثم يتم تبديل المجموعات دورياً من قبل المدرس	١١ د	الجزء التطبيق ي	
		الأسبوع الأول – تعليم المجاميع كيفية اخذ وضع الاستعداد الأولي لأداء المهارة ويكون بالوقوف ثم الجلوس على الأربع ومحاولة نقل مركز ثقل الجسم باتجاه الأمام ثم السقوط على الكتفين بعد ضم الرأس إلى الصدر وضم الرجلين	١٢ د	المجم وعة الأولى التعاو نية	الف سم الر ئيس ي
التأكد على محور التكور الصحيح		تطبيق نفس المجموعة الأولى مع اخذ التغذية الراجعة من قائد المجموعة	١٥ د	المجم وعة الثانية التعاو نية	
التأكد على ثني الركبتين مع مسك الساقين		يطبق نفس المجموعة الأولى	١٥ د	المجم وعة الثالثة	



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

التعاون نية				باليدين للتكور
المجم وعة الرابع ة التعاون نية	١٢ د	يطبق نفس التمرين للمجاميع الأخرى مع مراعاة التغذية الراجعة من قادة المجموعة		التأكد على التوجهات حول العمل التعاوني
الجزء الختام ي	٧ د	تعطى تمارين تهدئة واسترخاء إذا كان بعد درس الرياضة درس علمي وإذا لا يوجد (فراغ) تعطى تمارين شد بسيط وبعدها جمع الأدوات والإيعاز ثم الانصراف		توجيهات حول العمل التعاوني

ملحق (٣)

استبانة

جامعة ديالى

كلية التربية الاساسية

الدراسات العليا / ماجستير

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

لترشيح المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية للجمناستك الفني

الاستاذ الفاضل / الفاضلة المحترم

تحية طيبة....

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم بـ (اثر استخدام اسلوب تعليم الاقران
للتعلم التعاوني في بعض مهارات الجمناستك الفني لطلبة قسم التربية الرياضية) .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ونظراً الى ما تتمتعون به من خبرة ومعرفة علمية . يرجى تفضلكم بأبداء المساعدة
الممكنة حول ترشيح اهم المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية للجمناستك
الفني .

أرجوا وضع إشارة (✓) أمام المهارة .

ملاحظة :-

١. ان اقل درجة للتقويم هي (١) واعلى درجة للتقويم هي (٥) درجات .
٢. يمكن وضع الدرجة نفسها لأكثر من مهارة.
٣. من الممكن إبداء أية ملاحظة تراها مناسبة وضرورية ولم يتم ذكرها في الاستمارة
مع مراعاة ما جاء آنفاً .

مع وافر الشكر والتقدير

طالب الماجستير

احمد عدنان حتروش

أسم الخبير /

اللقب العلمي /

الاختصاص /

مكان العمل /

التوقيع /

ت	المهارات	الدرجة حسب الأهمية				الملاحظات
		١	٢	٣	٤	



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

١	الميزان الامامي	✓			
٢	الدرجة الامامية				
٣	الدرجة الخلفية				
٤	العجلة البشرية				
٥	القفزة العربية				
٦	قفزة اليدين الامامية				
٧	قفزة اليدين الخلفية				

استمارة ترشيح بعض المهارات على بساط الحركات الارضية للجمناستك الفني

ملحق (٤)

أسماء الاساتذة والمختصين الذين عُرضت عليه الاستبانة لترشيح المهارات الاساسية والاختبارات

ت	الدرجة العلمية	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
١	ا.د	نبيل محمود شاكر	تعلم حركي	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٢	ا.د	فرات جبار سعد الله	تعلم حركي كرة قدم	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٣	ا.د	حيدر شاكر مزهر	اختبار وقياس كرة يد	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٤	ا.م.د	بثينة عبدالخالق ابراهيم	طت التربية الرياضية	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٥	ا.م.د	المعتصم بالله وهيب	تعلم حركي جمناستك	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٦	ا.م.د	رشوان محمد جعفر	تعلم حركي	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى
٧	ا.م.د	ياسر محمود وهيب	اختبار وقياس كرة سلة	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

تنمية دافعية الانجاز لدى الطالب الجامعي على وفق نظرية العلاقات الاعتنائية



كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

babd0118@gmail.com

الكلمات المفتاحية: دافعية الانجاز . نظرية العلاقات الاعتنائية

الملخص

تعدّ دافعية الانجاز ضرورة أساسية لحدوث التعلم. وترجع كثير من مشكلات العملية التعليمية إلى انعدام دافعية الانجاز لدى المتعلمين أو إلى انخفاضها . وتعد نظرية اخلاق العناية من النظريات الزاخرة بالأساليب والتطبيقات التربوية التي تساهم في استثارة الدافعية الانجاز لدى المتعلمين. وجاءت هذه الورقة العلمية لتبرز اهم التطبيقات التربوية واهم اساليب اثارة دافعية الانجاز لدى الطلبة التي تداولتها ادبيات البحث في علم النفس والتربية . لنخلص في الأخير الى تقديم صيغة تربوية للاستفادة من تلك التطبيقات التربوية في استثارة دافعية الانجاز لدى طلبة الجامعة.

هذا وان البيئة الجامعية ليست مكانا يتم فيه تعلم المهارات الاكاديمية فحسب وانما هي مجتمع مصغر يتفاعل فيه الاعضاء . ويؤثر بعضهم في بعض . فالعلاقات الاعتنائية بين الطلاب والمدرسين . والطلبة بعضهم ببعض تؤثر تأثيرا " كبيرا على الجو الاجتماعي الجامعي . وبدوره يؤثر في نواتج التعليم. ومن هنا تبرز العوامل الرئيسية المكونة لدافع الانجاز كالإدارة الجامعية و ما يتلق بها من قرارات وتعليمات . وهيئات التدريس وطرق التدريس والمرافق الجامعية . والعلاقات الانسانية الاعتنائية بين الطلبة ومدرسيهم وبين الطلبة انفسهم . كل هذا له اثر بارز في تنمية الدافع للإنجاز لدى الطلبة والتي سنوضح عناصره الرئيسية من خلال مثلث العلاقات الاعتنائية (طالب – ادارة – هيئة التدريس) وتأثيرها بدافعية الانجاز لدى الطلبة .

**Developing the achievement motivation of the university student
according to the relationship theory**

Assistant Professor Belqis Abd Hussein



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

College of Basic Education / University of Diyala

Department of psychological counseling and educational guidance

babd0118@gmail.com

Achievement motivation is considered a basic necessity for learning to occur. and many of the educational process problems are due to the lack of achievement motivation among learners or to its decline. and the theory of care ethics is one of the theories rich in educational methods and applications that contribute to stimulating achievement motivation among learners. and this scientific paper came to highlight the most important Educational applications and the most important methods of stimulating achievement motivation among students. which were discussed in the literature of research in psychology and education. to conclude in the end to present an educational formula to benefit from these educational applications in stimulating achievement motivation among university students.

The university environment is not only a place in which academic skills are learned. but rather a mini-society in which members interact. and some influence each other. The regular relations between students. teachers. and students each other have a major influence on the university social atmosphere. and in turn affects educational outcomes. Here. the main factors that make up the motivation for achievement emerge. such as university administration and the decisions and instructions received by it. teaching staff. teaching methods. university facilities. and the normal human relations between students and their teachers and among the students themselves. Throughout the triangle of special



relationships (student - administration - faculty) and their effect on achievement motivation among students.

Key words: achievement motivation. relationship theory

المقدمة

يسعى المربون إلى إيلاء موضوع الدافعية للإنجاز أهمية بالغة بالبحث والتقصي عن سبل إثارتها وتعزيزها لدى المتعلم. باعتبارها تمثل عوامل نفسية تحرك أفكار المتعلم وميوله لممارسة أنشطته. وبالتالي فهي تعتبر مؤشرا جيدا للتنبؤ بالإنجاز الأكاديمي. فاستثارة دافعية الانجاز لدى الطلاب وتوجيهها وتوليد اهتمامات معينة لديهم. تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية وعاطفية وحركية خارج نطاق العمل الأكاديمي وفي حياتهم المستقبلية وهي من الأهداف التي ينشدها أي نظام تربوي (نشواتي. ٢٠٠٣. ص ٢٠٦) وإن استثارة دافعية المتعلمين فيما يقدم لهم من خبرات ويعرض لهم من مواقف. تعمل على تنشيط وتحريك تفاعلهم النشط مع هذه الخبرات والمواقف كما تساهم في توجيه انتباههم وتكيف جهودهم نحو تحقيق هدف التحصيل. وتعمل على حثهم للاستمرار في أنشطتهم الذهنية. وزيادة إيجابيتهم حتى يتسنى لهم تحقيق الهدف التعليمي (قطامي.. ٢٠٠٤ ص ١٩٩) وعليه. تعدّ دافعية الانجاز ضرورة أساسية لحدوث التعلم. وترجع كثير من مشكلات العملية التعليمية إلى انعدام دافعية الانجاز لدى المتعلمين أو إلى انخفاضها (الطنأوي. ٢٠١١. ص ١٤٧) كما يرى "كيلر" (١٩٨٧) أن غياب الدافعية لديهم ربما يعزى إلى عوامل كجهد المدرسي بأهمية الدافعية في عملية التعلم أو لعدم قدرتهم على إثارة الدافعية لدى الطلاب نحو تعلم خبرات (الزغلول. ٢٠١٢. ٢٢٧) وتعد نظرية اخلاق العناية من النظريات الزاخرة بالأساليب والتطبيقات التربوية التي تساهم في استثارة الدافعية الانجاز لدى المتعلمين. وجاءت هذه الورقة العلمية لتبرز اهم التطبيقات التربوية واهم اساليب اثارة دافعية الانجاز لدى الطلبة التي تداولتها ادبيات البحث في علم النفس والتربية. لنخلص في الأخير الى تقديم صيغة تربوية للاستفادة من تلك التطبيقات التربوية في استثارة دافعية الانجاز لدى طلبة الجامعة.

هذا وان البيئة الجامعية ليست مكانا يتم فيه تعلم المهارات الأكاديمية فحسب وانما هي مجتمع مصغر يتفاعل فيه الاعضاء. ويؤثر بعضهم في بعض. فالعلاقات



الاعتنائية بين الطلاب والمدرسين . والطلبة بعضهم ببعض تؤثر تأثيرا " كبيرا على الجو الاجتماعي الجامعي . وبدوره يؤثر في نواتج التعليم . ومن هنا تبرز العوامل الرئيسية المكونة لدافع الانجاز كالإدارة الجامعية و ما يتلق بها من قرارات وتعليمات. وهيئات التدريس وطرق التدريس والمرافق الجامعية . والتي تتمثل في الساحات والملاعب والهيكل وغيرها والعلاقات الانسانية الاعتنائية بين الطلبة ومدرسيهم وبين الطلبة انفسهم . كل هذا له اثر بارز في تنمية الدافع للإنجاز لدى الطلبة والتي سنوضح عناصره الرئيسية من خلال مثلث العلاقات الاعتنائية (طالب - ادارة - هيئة التدريس) وتأثيرها بدافعية الانجاز لدى الطلبة

مفهوم دافعية الانجاز

* يعرفها الشعراوي ٢٠٠٠ :- (على أنه اهتمام مستمر للوصول إلى حالة من تحقيق الهدف ناشئة عن حافز طبيعي . و هو اهتمام يشحن ويوجه ويختار السلوك ") (الشعراوي. ٢٠٠٠ . ص ٢١٤).

* يعرفها العبيدي ٢٠٠٤ : (أنها "مقدار الرغبة والنزوع في بذل جهد لأداء الواجبات و المهمات الدراسية بصورة جيدة)(العبيدي . ٢٠٠٤ . ص ٣٠٣)

٢- العلاقات الاعتنائية

عرفها كل من:

Virginia Held 1989 افعال الافراد الطوعية الاختيارية المدفوعة بالفوائد المتوقعة او التي يحققها من الآخرين بالفعل. والتي يسعى من خلالها الى تطوير علاقة

(Held.1989)انسانية حقيقية بينه وبين افراد معينين . *Gilligan.1993

الاهتمام وتلبية حاجات الاشخاص الفردية الذين نتولى مسؤوليتهم بلا صخب والارتباط العاطفي معهم والحرص على سلامتهم وتحقيق اهدافهم (Gilligan.1993.P16).

دافعية الانجاز والعلاقات الاعتنائية

تعد البيئة الجامعية كأي بيئة اجتماعية تلتقي بها العديد من العناصر التي تتفاعل فيما بينها محدثة التأثير المتبادل سوء كان بالسلب او بالإيجاب والبيئة الجامعية تتكون من



* افراد (طلبة - اساتذة - اداريون - عمال)

* هياكل عمرانية (قاعات - مدرجات - مخابر - ورشات - اقامة - مطاعم)

* وسائل (حافلات - مكتبة - قاعات الانترنت)

* ملاحق رياضية وترفيهية .

كل هذه العناصر المتنوعة للوسط الجامعي تشكل خلال تفاعلها وقعا على شعور وحكم الافراد عليها . وينتج بذلك علاقات بينها وبين الطلبة اما بالرضا لو بالنفور . ومن هنا تأتي اهميتها في التأثير على دافعية الانجاز للطلبة .

علاقة الطالب بهيئة التدريس

تبرز اهمية هيئة التدريس (الاساتذة) من خلال الدور الفعال الذي تقوم به في توفير الجو الدراسي المناسب وانجاح العملية التعليمية من جهة اخرى .

فالتركم المعرفي لدى الطالب في الجامعة متعدد المصادر لكن يبقى حكم الاستاذ ودوره في تنقية المصادر المعرفية والتحقق من مصداقيتها من مهام الأستاذ الذي يبقى في نظر الطالب المرجع الاول والاخير . هذه الخاصية تحقق للأستاذ مكانة على الصعيد المعرفي والوجداني في نفوس الطلبة . كما تؤثر طريقته في الاداء على مدى استيعاب الطالب وتعلقه بالمادة العلمية المقدمة حيث يؤكد كل من (كونجر وبترسن) على ميل الطالب في تفضيل والتجاوب بطريقة اكثر ايجابية مع الأساتذة الذين يتسمون بالتعاون والاعتناء والدفع ويمتلكون قدرا عاليا من تقدير الذات او قوة الأنا ويكونون بالإضافة الى ذلك شديدي الحماس وقادرين على اتخاذ المبادرة ومبدعين وسماعين للاقتراحات ومتزنين وقادرين على التكيف وعلى التخطيط ومهتمين بالعلاقات الاعتنائية الاجتماعية و الاسرية وواعين بالفروق الفردية الكائنة ما بين الطلبة . (محمد . ٢٠٠٤ . ص٣٩٣)

ان نجاح الاستاذ في توصيل المادة العلمية وكسب قلوب الطلبة وزيادة دافعية الانجاز لديهم يتوقف على شخصيته وعلاقته الاعتنائية بالطلبة وما يجب ان يتميز من روح علمية عالية ونقد بناء وصدق في المعاملة وتقديم موضوعي في نتائج التحصيل الدراسي فاذا ما شعر الطالب بذلك زاد تعلقا بالشخصية وزاد عنده الدافعية للانجاز .



علاقة الطالب بالإدارة

تعد الادارة الهيئة البشرية المكلفة بتنظيم والسهر على تطبيق الاجراءات والتشريعات التنظيمية الصادرة من مختلف الهيئات قصد انجاح العملية التربوية . أي انها الجهة المسؤولة على المناخ التنظيمي للطلبة . وما دامت الادارة مسؤولة على اهم جانب في العلاقات الاعتنائية ما بين الطلبة فان هناك عدد من العناصر المؤثرة في هذه العلاقات حسب (شرينغتن) وهي الهيكل التنظيمي ونمط القيادة والاشراف ونمط الاتصال ودرجة الابداع فيه ودرجة المشاركة في اتخاذ القرارات (محمد . ٢٠٠٤ . ص ٣٩٤) وكل هذا يؤدي الى زيادة الانجاز والدافعية لدى الطلبة اذا اتسمت بالعلاقات اعتنائية تعاونية فيما بينها .

ويجب ان يسود ما بين الطلبة والادارة مناخ يسوده درجة من الطمأنينة واشعارهم بروح المسؤولية والاعتناء بعيدا عن التسيير التعسفي الذي يلقي سوى العناد وتغيب فيه الروح العلمية مما يؤثر سلبا" على دافعية الانجاز لديهم .

علاقة الطالب بـ الطالب

ان البيئة التي يعيش فيها الطالب بيئة اجتماعية بالضرورة انطلاقا من الاسرة الى المدرسة فالعلاقة الاعتنائية التفاعلية بينه وبين اقرانه واجبة ومهمة من اجل صقل شخصيته وتكوين الخبرات اللازمة لمجابهة متطلبات الحياة وتغييراتها . وتكمن اهمية العلاقات الاعتنائية التعاونية بين الطلبة ليس فقط في تبادل الخبرات بقدر ما هي عملية بنائية حيث العمل الجماعي وما يتميز به من روح الفريق الذي ينمي اجتماعية الطالب وبالتالي الزامية الاندماج والمشاركة في كافة الانشطة سواء العلمية كالبحوث والانشطة الثقافية.... الخ من الانشطة المقامة داخل الحرم الجامعي . كما تمتد هذه العلاقة التفاعلية الى الانشطة الرياضية والترفيهية المقامة في الجامعات (محمد . ٢٠٠٤ . ص ٣٨٨) كل هذا يزيد من دافعية الانجاز لديه .

الخاتمة

لكي تكون الجامعة مركز اشعاع علمي وثقافي لابد من توفير المناخ المناسب يعكس حقيقة هذا الصرح العلمي الذي يشمل (الاساتذة والادارة والطلبة) والتي يجب ان تربطهم العلاقات الاعتنائية والتفاعلية الذي بدوره تؤدي الى زيادة دافعية الانجاز



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٣-٢٤)

لدى الطلبة . ولن يتوقف دور الجامعة فقط في نشر العلم والمعرفة بقدر ما هو تكوين اطرات تحمل روح العصر وتحمل المسؤولية العلمية والاخلاقية . وان البيئة التعليمية في الوسط الجامعي تختلف عن البيئة التعليمية في المراحل الاخرى لما تتوفر عليه شريحة الشباب الجامعي من خصوصيات في (النمو - الطموح - النضج الاخلاقي والمعرفي والتخطيط للمستقبل) تلك البيئة التي يجب ان توفر الراحة النفسية و الطمأنينة من جهة وتحقيق الرضا عن المجهود والاختيار للمشاريع المستقبلية من جهة اخرى .وبتالي اذا تحقق هذا سوف يؤدي الى زيادة دافعية الانجاز لدى الطلبة .

المصادر

- الزغلول. عماد عبد الرحيم . (2012) مبادئ علم النفس التربوي. العين :دار الكتاب
- الطناوي. عفت مصطفى . (2011) التدريس الفعّال. ط . 02 : عمان :دار المسيرة للنشر والتوزيع
- قطامي. نايفة . (2004) التعلم :أسسه ونظرياته وتطبيقاته. القاهرة :دار المعرفة الجامعية.
- محمد .مولاوي بودخيلي : ٢٠٠٤ : نطق التحفيز المختلفة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي . ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر.
- نشواني . عبد المجيد . 2003 . علم النفس التربوي. ط . 04 : عمان :دار الفرقان للنشر . والتوزيع .
- Gilligan". Hypa tia hard 1993-"Moral Reasoning as Perception: A Reading of Carol

دور الارشاد الأكاديمي في تعزيز المناعة النفسية

أ.م. سناء حسين خلف م.د. هدى عبد العاكف كنعان

Huda72859@gmail.

snakhl6@gmail.com



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

مديرية تربية ديالى

الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الأكاديمي. المناعة النفسية

الملخص

يعد الإرشاد الأكاديمي أحد أهم مجالات الإرشاد النفسي إذ أنه يعمل على تنمية البناء النفسي السليم لطلبة الجامعة . ومحاولة رفع وعيهم بحاجاتهم ومشكلاتهم وتطوير مهاراتهم في احتواء هذه المشكلات وإرضاء هذه الحاجات.

وقد هدف هذا البحث الى معرفة دور الإرشاد الأكاديمي في تعزيز المناعة النفسية. وقدمت الباحثتان بحثهما في اربعة مباحث جاء الاول في أهمية الإرشاد الأكاديمي والمفاهيم النظرية للبحث. اما المبحث الثاني فقد تم عرض اطار نظري لكل من الإرشاد الأكاديمي والمناعة النفسية. وفي المبحث الثالث عرضت الباحثتان دور الإرشاد الأكاديمي في المناعة النفسية . وأخيرًا اهم الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات التي تضمنها المبحث الرابع.

The role of academic counseling in Psychological immunity

Assistant Professor Sanaa Hussein Khalaf

M. Huda Abd ALAkef

Abstract:

Academic counseling is one of the most important areas of psychological counseling. as it works to develop a sound psychological structure for university students. and try to raise their awareness of their needs and problems and develop their .skills in containing these problems and satisfying these needs

This research aimed at knowing the role of academic counseling in psychological immunity. and the two researchers presented their research in four topics. the first of which was on



the importance of academic counseling and theoretical concepts of research. while the second topic presented a theoretical framework for both academic counseling and psychological immunity. and in the third topic the two researchers presented the role Academic counseling in psychiatric immunology. and finally the most important conclusions. recommendations and proposals contained in the fourth topic

Key Words: academic counseling. Psychological immunity

المبحث الاول: الاطار العام للمبحث

اهمية البحث والحاجة اليه

قال تعالى: "الذين امنو وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب" سورة الرعد/٢٨.

في هذه الآية الكريمة يرشدنا الله عز وجل الى كيفية بلوغ الاطمئنان والسكينة . وبذلك يكتسب الانسان مناعة نفسية تجعله شخص سوي يسيطر على انفعالاته وسلوكياته.

وأكد (سلي Selye) أن استمرار التعرض إلى الشدائد والمحن يؤدي تدريجياً إلى انهيار مقاومة الفرد وأنه يفقد القدرة على المقاومة والمواجهة ويصبح إنساناً ضعيفاً ذا صحة مهددة ومعنويات منخفضة ويصبح عاجزاً عن التوافق والتواصل مع من يحيطون به مما يجعله سلبياً كثير الشكوى والقلق من المستقبل. لأن هذه الضغوط تصيب مشاعر الإنسان وكل قدراته الأخرى بما فيها القدرة على المواجهة والتفكير السليم وإدراكه لنفسه وللعالم المحيط به. (Marzieh . 2005 . p.136)



ونتيجة لضغوطات الحياة وكثرة الأعباء التي يتعرض لها الفرد وخاصة الطالب الجامعي. لما يتعرض له من ضغوطات تعليمية واجتماعية . ومما يؤثر على مناعتهم النفسية.

فالتألم الجامعي يتعرض في بداية حياتهم الجامعية لبعض المشكلات التي قد تعيق توافقهم . وتحد من تحقيق أهدافهم . وقد تتسبب في التأثير على نمو واتزان شخصياتهم. بسبب قلة نضجهم واختلاف جو الدراسة وطبيعة النظام وطبيعة التعامل واساليب التقويم وغيرها. وبانتقال الطالب الجامعي الى بيئته الجامعية وهي بلا شك تختلف عما ألفه في سنواته الماضية . أذ يبدأ الطالب في هذه المرحلة بالاستقلالية والاعتماد على نفسه ويحتاج الى اتخاذ قراراته والتي قد تكون قرارات خطيرة ومفصلية (الخياط.٢٠١٥: ١٢٠) .

وقد توصلت دراسة Knapp . 1979 ودراسة Brzytwa . 1979 إلى أن شدة الضغوط وأحداث الحياة السلبية التي يواجهها طلبة الجامعة تؤثر تأثيراً ضاراً على أدائهم الأكاديمي وتتسبب بانخفاض معدلاتهم الدراسية اللاحقة . وأشارت دراسة () 1985 . Goodyer . Gatzani . Kolvin أن أحداث الحياة الضاغطة ذات علاقة بالأمراض الجسمية والعقلية (الأعم . ١٩٨٩ : ٦) .

ولكون المرحلة الجامعية هي مرحلة انتقالية من المراهقة او على وشك انتهائها الى مرحلة النضج (مرحلة الشباب) فيتعرض الطلبة الجامعيين الى العديد من المشكلات. ومنها ما يتعلق بالتكيف الاجتماعي كالشعور بالنقص والصعوبة في اقامة العلاقات الاجتماعية. وعدم الرضا عن الطبقة الاجتماعية التي تنتمي اليها وغيرها من المشكلات. مما قد يؤثر على مناعتهم النفسية (راشد.٢٠١٠: ٦٥).

فضلاً عن ذلك أن مرحلة الشباب لها خصائص وسمات فهي مرحلة عمرية تبدأ من سن البلوغ (١٨ - ٢٥) سنة وفي هذه المرحلة تتكامل فيها شخصية الشباب (العقلية - الجسمية - الوجدانية - المهارية - النفسية - الاجتماعية) حيث تتطلب هذه المرحلة اشباع العديد من الحاجات النفسية والعقلية وخاصة الحاجة الغريزية والتي تؤثر على شخصية الشاب وعلى افكاره وعلى علاقاته بأفراد المجتمع وذلك لوجود اختلاط بالجنس الآخر داخل الجامعة الذي يصبح من خلالها الشاب في حالة صراع نفسي داخلي وكذلك صراع عاطفي بين ما يرد ان يرتبط بشريك مناسب لحياته وبين



ما تمنعه الظروف المحيطة به من ظروف اقتصادية واجتماعية وبطالة وغيرها .
فضلا عن متطلبات الحياة الاخرى (الغالبى. ٢٠١٦ : ٥).

ومن هنا أصبح الإرشاد الأكاديمي من أهم أسس النجاح للتعليم الجامعي .
وخاصة عندما يظهر دور الأساتذة المهتمين بهذا المجال في تقديم حل لمشكلات الطلبة
وتقديم البرامج والخطط العلمية . فهو ركيزة أساسية لاستثمار وتوجيه طاقات الطلبة
وقدراتهم ليتمكنوا من اكتشاف الوسائل والأساليب المثلى لاستثمار هذه الطاقات (خوج
وعاشور. ٢٠١٥ : ٦٨).

وتتمثل أهمية الإرشاد الأكاديمي في حياة الطلبة باعتبار أن هذه المرحلة أحد
المراحل الرئيسة في حياتهم . لأنه من خلال تواجدهم فيها يستطيع الطالب الجامعي
بناء شخصيته الإنسانية والعلمية والمهنية والثقافية وبدرجة كبيرة وفاعلة فيما لو أحسن
تفاعله وانسجامه والافادة داخل الحياة الجامعية . والتي تُعد نموذجا مصغرا لحياة الطالب
بصورة عامة في مجتمعه (الكبيسي. ٢٠١٤ : ٦٣).

وأن الارشاد الأكاديمي يجعل الطلبة يتمتعون بمناعة نفسية عالية
وبذلك يكونوا الأكثر نشاطاً وتفاعلاً اجتماعياً وقدرة على الأداء وبذلك فالمناعة
النفسية لها علاقة بالقدرة على التوافق المستمر للظروف التي يواجهها الطلبة
(Davidson . 2000 . p.1196).

هدف البحث

يهدف البحث الحالي الى التعرف على دور الإرشاد الأكاديمي في تعزيز
المناعة النفسية.

مصطلحات البحث:

١. الإرشاد الأكاديمي (academic counseling):

عُرف الإرشاد الأكاديمي عدّة تعارف

- كعكي (٢٠١٤): هو النشاط الذي يقوم به المرشد الأكاديمي بالكلية لتعريف الطلبة
بالأنظمة واللوائح الدراسية ومساعدتهم في التقدم الدراسي والتغلب على ما يعترضهم
من مشكلات وصعوبات اجتماعية أو نفسية أو صحية أو أكاديمية (كعكي. ٢٠١٤ :
٢٢٥).



- الشرعي (٢٠٠٩): ويُعنى بتقديم برامج مساندة شاملة لتقديم المشورة النافعة . والنصيحة الصادقة . والمساعدة العلمية والتوجيه الاجتماعي المتخصص لجميع الطلبة سعيًا في تقديم ورقي نموهم الشخصي . والإفادة مما لديهم من قدرات ذاتية . والعمل على تطوير مهاراتهم . وتشجيعهم على التميز والأبداع . وتوجيههم نحو الدراسة الأكاديمية في القسم للتخرج من الجامعة في المدة الزمنية المحددة بعد أن اكتسبوا خبرات علمية ومهارات عملية تهيء لهم فرصة ناجحة لمواجهة متطلبات الحياة بشكل أفضل (الشرعي. ٢٠٠٩: ٣٠).

- وتعرفه الباحثان في هذه الدراسة : بأنه مجموعة من المساعدات والتوجيهات التي تقدم لطلبة الجامعة لتلبية حاجاتهم وميولهم وتذليل الصعوبات والعوائق وتمكنهم من حل مشكلاتهم مما يساهم في تعزيز مناعتهم النفسية.

٢- المناعة النفسية (Psychological immunity)

اطلعت الباحثان على مجموعة من التعريفات التي تناولت مفهوم المناعة النفسية ومنها :

- سيلبي (Selye . 1976) : تعني (المقاومة والصمود النفسي أمام الضغوط التي يواجهها الفرد) (Selye . 1976 . p.45) .

- توكاد (Tugade . et.al . 2004) : (هي قدرة الأفراد على التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد والنكبات والضغوط النفسية) (Tugade . et.al . 2004;1190)

- ويعرفه ألبرت وآخرين (Albert et al). 2012.. مجموع سمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل تأثيرات الإنهاك والضغط. وعلى دمج الخبرة المكتسبة من ذلك. بنمط لا يؤثر على الوظائف الفعالة للفرد. كما أنه ينتج مناعة نفسية مضادة تحمي الفرد من التأثيرات البيئية السلبية. (الشريف. ٢٠١٦: ١٥).

- التعريف الإجرائي للباحثين

قدرة الطالب الجامعي على مواجهة الأزمات وتحمل الصعوبات والمصائب ومقاومة افكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة .

المبحث الثاني: ادبيات البحث



أولاً: الإرشاد الأكاديمي

يُعد الإرشاد الأكاديمي امتداداً للإرشاد المهني الذي بدأ العمل به في الولايات المتحدة الأمريكية في بداية القرن العشرين عندما بين نجاحه في مساعدة الطلبة لاختيار المهن التي تلائم قدراتهم وميولهم (المعاينة: ٢٠١٤ : ٦٣).

وبعدها أرتبط الإرشاد الأكاديمي كعملية تربوية ارتباطاً وثيقاً بالصلة بالتعليم العالي في الولايات المتحدة الأمريكية وتحديداً عام (١٩٥١م) من خلال المؤتمر الذي عقدته لجنة متخصصة في منيوسوتا وتبع ذلك انشاء قسم الارشاد النفسي ثم دخل ضمن مقررات علم النفس التربوي في الجامعات (كمور: ٢٠١٤ : ١٤٨).

ومن هنا أخذت المؤسسات التربوية (الجامعات) في توجيه خدماتها بطريقة أكثر فعالية من خلال الإرشاد الأكاديمي لأهميته الكبيرة في التعليم الجامعي لا يقل أهميته عن مسؤولية تقديم المقررات الدراسية. ويمثل مدخلاً رئيساً لتقديم تعليم جيد. فجودة التعليم هي الهدف الذي تسعى إليه أي مؤسسة تعليمية سواء كانت تقليدية أو مفتوحة. ويمكن تحقيق جودة التعليم في أي مؤسسة تعليمية عبر ضبط العملية الإرشادية وإحكامها (محمد: ٢٠١١ : ١٦).

وظائف الإرشاد الأكاديمي

تتعدد وظائف الإرشاد الأكاديمي. كما وتتنوع الأدوار التي يتعين على المرشد الأكاديمي أن يلعبها. وسوف نورد هنا أهم وظائف الإرشاد الأكاديمي (رشدي واخر: ٢٠١٥ : ٧٨-٨٧) وكالاتي:

١- نشاط علمي (scholarly activity): يوصف بأنه نشاط علمي أي جدير بالعلم وثيق الصلة به ويصدق هذا الوصف إذا استوفى النشاط المعايير التالية :

- يتطلب قدرة مرتفعة من الخبرة محددة المجال.
- يتسم بالأبداع. والخلّاقية. والطلاقة. والمرونة. والاصالة.
- يمكن إخضاعه للتحكيم العلمي.
- له أهمية أو تأثير.

٢. تعليم أو تدريس (teaching): توجد علاقة دلالية وعملية واقعية بين الإرشاد والتعليم. اذ يشير باحثون كثر الى الإرشاد الأكاديمي بوصفه امتداد لعملية التعليم



والتدريس. من حيث تقارب وتداخل شديدين بين معارف ومهارات وخصائص المعلم المؤثر والمرشد المؤثر .

٣. تعلم (learning): ويكون ذلك باعتبار أن الطالب مركزاً لدائرة العملية التعليمية والمسؤول الرئيس عنها بينما تنحصر مهمة المرشد في تيسير وتسهيل هذه العملية.

٤. معاونة (helping): وتعني بجعل الممكن ميسوراً لمن يُقدم له العون ويحتاج اليه. وذلك بواسطة خدمات المعين أو موارده.

٥. طرح للقدوة (role modelling): اذ يمثل المرشد الأكاديمي قدوة وأسوة حسنة وأنه مثل أعلى للمسترشد في انجازاته المهنية والعلمية والأكاديمية .

٦. مشورة (counseling): وهي تقديم النصيح والمساعدة والتوجيه لحل المشاكل والصعوبات الشخصية والاجتماعية والنفسية . والإرشاد الأكاديمي يوفر مشورة من المرشد للمسترشد .

٧. رعاية (mentoring): تعني الرعاية التنشئة والتنمية المتضمنة لتوفير التبصرة والدعم والحماية .

٨. تعاقد (contracting): يتعاقد الطالب داخل الجامعة مع المؤسسة نفسها ومع أعضاء الهيئة التدريسية وفي علاقته مع المرشد . وتدخّل هذه التعاقدات ضمن ابعاد ضمنية أو صريحة لتحديد الحقوق والواجبات والمسؤوليات الأخلاقية والنظامية والشرعية .

ثانياً: المناعة النفسية

يشير مصطلح المناعة النفسية (الحصانة. التحصين. المقاومة. الحماية. الدفاع النفسي. المرونة. الصلابة. الطاقة النفسية) التي تحافظ على توازن الإنسان .

ويرتبط هذا المفهوم بمفهوم الضغوط النفسية ارتباطاً وثيقاً ولا بد من الإشارة إلى أن نمط الاستجابة للضغوط يتأثر بعدد من العوامل منها (العمر . الجنس . الشخصية . أسلوب مواجهة المصاعب . الغذاء . الأدوية التي يتناولها الفرد) (دافيدوف . ٢٠٠٠ : ٨٨).

ويعد نظام المناعة النفسية نظاماً افتراضياً وجدانياً تفاعلياً متغيراً. يشترك مع نظام المناعة الجسمية بالحفاظ على استقرار واتزان الفرد من خلال المحافظة على



الحالة الوجدانية نتيجة لتهديدات المشاعر السلبية الناجمة عن الأحداث الطارئة . وبذلك تمكنه من تحقيق درجة عالية من الاستقرار . وتساعد على التعامل مع الضغوطات ومقاومتها وتدعيم الصحة النفسية . وتنمي القدرات التكيفية للفرد (اليومي. ٢٠١٩ : ٦).

أعراض نقص المناعة النفسية من جانب آخر. فالكثير من الدراسات أثبتت ارتباط المناعة الجسدية بالمناعة النفسية والتي ترتبط بطريقة تفكير الإنسان بشكل مباشر. حيث يختلف كل شخص عن الآخر في التعاطي مع أزمات الحياة. ولكن الشخص نفسه هو من يحدد حدتها ودرجة تأثره بها من خلال معالجته الفكرية لها ومدى تقبله وتجاوزه لهذه الأزمة. لذا نجد مع الأزمة نفسها تختلف ردود الفعل بين شخص وآخر وفقاً للطريقة الفكرية التي استوعب بها الأزمة. ومن أخطاء التفكير الشائعة على سبيل المثال. التعميم والشخصنة وإدمان فكرة القبول وغيرها. مما يفرز مشاعر سلبية تؤثر على السلوك وبالتالي تؤثر في مناعة الإنسان النفسية.
(<https://alqabas.com/article/5785627>)

أنواع المناعة النفسية

أوضحت دراسة (محمد وآخر. ٢٠١٨) ثلاثة أنواع للمناعة النفسية وكالاتي:

١. المناعة النفسية الطبيعية: وتكون موجودة عند الفرد بطبيعة تكوينه النفسي والناتج من تفاعل الوراثة والبيئة.

٢. المناعة النفسية المكتسبة طبيعياً: والتي يكتسبها الفرد نتيجة التعلم والخبرات التي يمر بها والمهارات والمعارف عند مواجهته للأزمات. لذا يعد تعرض الفرد للمصاعب مفيداً في تنمية القدرة على تحمل الأزمات واكتساب الخبرات التي تنشط المناعة النفسية عنده.

٣. المناعة النفسية المكتسبة صناعياً: وهي تشبه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد نتيجة لحقن الجسم عمداً – بالجرثومة المسببة للمرض. فالمناعة النفسية المكتسبة صناعياً تكون نتيجة تعرض الفرد عمداً لمواقف ومثيرات تثير التوتر والغضب . ويتم عندها تدريب الفرد على كيفية امتصاص مشاعر الغضب والسيطرة على انفعالاته وأفكاره ومشاعره وتعويدها وأبدالها بمشاعر وأفكار أخرى تعطي شعور بالراحة النفسية (محمد وآخر. ٢٠١٨ : ١٨١).

تفسير عمل نظام المناعة النفسية

فسر عمل نظام المناعة النفسية بالكثير من التفسيرات والتي اختلفت باختلاف النظريات ومنها:



أولاً: المناعة النفسية من منظور اسلامي

في ضوء أن المناعة النفسية تحرر الروح من الغضب وتحرر أرادة الانسان من الروابط التي طالما ربطها بأرادته الاخرين وتحرره من الخوف. والايمان القوي يجعل الانسان في مناعة كاملة تحت أي ظرف وفي أي مكان وقدوتنا رسول الله (صلى الله عليه وسلم) فقد احاط المشركون بغار ثور واخذوا يبحثون حتى قال أبو بكر (رضي الله عنه " :) و نظر أحدهم تحت قدمية ل آ رنا" فقال له

رسول الله (صلى الله عليه وسلم) ما ظنك باثنين الله ثالثهما؟ . "وهذه الاجابة تبين قمة المناعة النفسية وهو القدوة الحسنة وقد طلب من كل من خاف من شيء أن يدعو ربة قائلاً " اللهم اني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك من الجبن والخوف واعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال. اللهم اني اعوذ بك من الكفر والفقر وأعوذ بك من عذاب القبر(الشريف. ٢٠١٦: ١٩).

ثانياً: نظام المناعة النفسية من وجهة نظر كيجان(Kagan.2006)

يعمل نظام المناعة النفسية كفلاتر للوسائل العاطفية التي تحملها الأنشطة. العلاقات. الأحداث. والمواجهات اليومية. من خلال رسائل ومشاعر عاطفيه يدركها الفرد ويتفاعل معها. ومشاعر لا يدركها ولكنها تنتج ردود أفعال وذلك كأحد عمليات الدماغ الوجداني والتي تظهر مشاعر الخوف والقلق والهيّاج النفسي أثر التعرض لخطر ما أو تهديد. ويمكن توضيح ذلك بأنه أحياناً لا يدرك الفرد الخطر حتى تنبئه مشاعره به. مثل القفز من المكان عند سماع صوت ضجيج عالي أثناء انشغال التفكير بشيء آخر كرد فعل انعكاسي. وهنا فإن نظام المناعة النفسية يؤدي وظيفته ويجعل الفرد يدرك النتائج ويسمح بتقييم ردود الأفعال وتنتج إستجابات عاطفية إضافية مثل(الحرج - الانزعاج - العجز - أو قبول للذات) (Kagan. 2006;95).

ثالثاً: نظام المناعة النفسية من وجهة نظر باربانيل(Barbanell 2009)

أن اللاوعي لديه القدرة على احتجاز العواطف والمشاعر المؤلمة الناتجة من الأحداث السلبية الجارحة وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة. فيمكن للفرد أن يتعافى من تأثيرات هذه الأحداث عبر ميكانزمات اللاوعي غير المعروفة أو المدركة. والتي تعمل لفرض الجانب الإيجابي على الجانب السلبي. وبالتالي تحمي الفرد من أدراك الذكريات المؤلمة والمشاعر المرتبطة بها. وبنفس الوقت يفتح بوابة التعلم من الخبرات وهنا نظام المناعة النفسية يشمل على القدرة الطبيعية للجانب الإيجابي من اللاوعي



لشمول العواطف نحو التكيف من خلال منع الفرد من المرور بالمشاعر المُرعبة
Barbanell. 2009;15-28.

رابعاً: نظام المناعة النفسية من وجهة نظر أولاه (Olah. 2010)

إن نظام المناعة النفسية يتماثل بألية عمله مع نظام المناعة الحيوية. إلا أنه يرى أن هذا التماثل ناتج من خلال توسط تأثير الضغط النفسي. حيث يقوم على تقوية وضع الذات من بداية عملية التكيف. وضبطها من الخطوة الأولى (مثال: التقويم المعرفي لتهديدات من خلال اختيار وتفعيل إستجابات سلوكية وتحويلها لمساعدة الذات بمقاومة التهديد والضغط (Olah. 2010;104)

خامساً: نظام المناعة النفسية من وجهة نظر (الشريف. ٢٠١٥)

أبرز ما يقوم به نظام المناعة النفسية هو إظهار التباين بين توقع الفرد لاستجاباته لأثر حدث ما. وحقيقة استجاباته الفعلية عند التعرض للحدث. مما يخفض من حده التوتر بين التوقع والفعل. والتي من شأنها أن تصل به لعملية التكيف مع الحدث. وعمل النظام المناعي النفسي ككل يحدث في اللاوعي التوافقي بعيداً عن إدراك الفرد. حيث أن إدراك هذه العمليات قد توقف العمل المناعي. إذا ما علم الفرد أن الأثر السلبي لن يهدأ أو يزول ولكن يقاوم من قبل الآليات النفسية المخصصة لإصلاح الأثر. وأنهم يغيرون معتقداتهم لجعل أنفسهم يشعرون بشكل أفضل. فإن هذا التغير لن يكون مقنع لهم. وسيحاربونه (الشريف. ٢٠١٦: ٢٣).

المبحث الثالث: دور الارشاد الاكاديمي في تعزيز المناعة النفسية

المسؤولية الأساسية للمرشد الأكاديمي هي توفير بيئة آمنة والتي يشعر فيها الطلبة بالراحة في الكشف عن تطلعاتهم وأهدافهم والقلق أو المخاوف. وبناء العلاقة القائمة على الثقة. وتقديم النصح للطلبة. وتقديم المعلومات للطلبة التي يحتاجها عن الحرم الجامعي والموارد المتاحة للإفادة منها. ويتم تعزيز المناعة النفسية عند طلبة الجامعة من خلال الارشاد الاكاديمي وتناوله للجوانب الآتية:

١. الارتباط الاجتماعي - العاطفي:- أشار (Oneil . 2003) إلى أنه في ظل الصراعات الحضارية التي يعيشها الإنسان المعاصر يكون به حاجة إلى الحب إذ أن الحياة لا يمكن أن يكون لها معنى حقيقي بدونه أي أن وجوده تكون الحياة مليئة بالأهمية والحيوية وذات معنى (F-flach . 2003 . p.4) .



٢. **المرونة النفسية** : أحد مؤشرات المناعة النفسية أن يمتاز الأشخاص المرنون نفسياً بالصمود والمقاومة أمام المصاعب والخروج منها بشكل إيجابي . إذ أن غياب المرونة يعني التصلب والانغلاق وفقدان التواصل مع الآخرين ويصبح الفرد مغلقاً داخل أفكاره (الأعجم. ٢٠١٣: ٢٣).

وهنا يأتي دور الإرشاد الأكاديمي في جعل الطالب يتعامل مع التحديات بأسلوب مرّن وينظر إلى الضغوط على أنها تحديات تدفعه للتطور والتعلم وبالتالي يكون ذا قدرة على التنبؤ ويستخدم التغيير لمصلحته . (Shaffer . 1982 ; 222)

٣. **الإسناد الاجتماعي** : ويرى (بولبي Polpy) أن الاسناد الاجتماعية يجعل الفرد يمتلك قدرة في المقاومة والتغلب على الصعوبات والإحباطات وبذلك يكون قادر على حل مشكلاته (راضي . ٢٠٠٨ : ٩٩) .

وان جهاز المناعة النفسي والجسمي يضعفان عند الإنسان عندما يواجه المصاعب والأزمات بمفرده من دون وجود اسناد من الآخرين مما قد يصيبه بعدم الشعور بالأمان . أما إذا ما وجد الفرد مساندة تتولد مشاعر الطمأنينة والرضا عن الآخرين والتي تسهم في تحويل مشاعره السلبية وأفكاره الانهزامية في المواقف الضاغطة إلى مشاعر ايجابية وأفكار جيدة تدفع إلى الصبر والتحمل والقدرة على مواجهة مصاعب الحياة وتقوي المناعة النفسية للطالب وهذا ما يحاول الإرشاد الأكاديمي ان يقدمه للطالب (مرسى . ٢٠٠٠ : ١٩) .

٤. **ممارسة التمارين الرياضية:-** أن ممارسة التمارين الرياضية تنمي القوة والقدرة على تحمل الشعور بالإرهاق . وتساعد الجسم على إفراز هرمون السعادة مما يساعد الطلبة على تمتعه بالمناعة النفسية في مواجهة ضغوطات الحياة (خضير . ٢٠١٠ : ٦٨) .

٥. **الاسترخاء والتأمل :-** للاسترخاء والتأمل فوائد عدة نستطيع ان نقول اجمالاً ان المران على الاسترخاء هو تنمية لقوة التحكم في الذات والتخلص السريع من الانفعالات والقلق النفسي. بحيث يمكن للفرد ان يستعمله عند الشعور بالتوتر العصبي او القلق او الخوف (السعدني , ٢٠٠٣: ١٢).



٦. **الأمل والتفاؤل**: يعد الأمل والتفاؤل عاملان يساعدان الطالب في التغلب على الصعوبات والمنح التي تواجهه في الحياة وهذا ما أكد عليه (Carr.2004) في دراسته . حيث أثبت بأن الأشياء ستصبح أفضل في المستقبل باعتقادهم(ياسين وآخرون.٢٠١٨: ٣١٨).

ويحسن الارشاد الأكاديمي الأمل والتفاؤل لطلبة الجامعة بحيث يجعلهم أفضل في مواقف التوتر ويتمتعون بصحة أفضل (1 ; Stipp . 2003) . فقد وجد (Toshihiko . 2000) في دراسته ارتباطاً إيجابياً بين التفاؤل والصحة (Toshihiko . 2002 ; 142) فعندما يدرك الطلبة الضغوط على أنها مواقف تحدي تتطلب منهم جهد لتحقيق أهدافهم.

٧. **المرح**: المرح هو التمتع والشعور بالمتعة. لا سيما في الأنشطة الترفيهية. فالمرح تجربة غير متوقعة في كثير من الأحيان. لأن الشعور بالمرح لا يتطلب التكلفة أو هدف محدد فهو إلهاء ممتع للنفس. وقد تختلف الآراء حول ما إذا كان النشاط ممتعاً ومرحاً من شخص لآخر. فمن الصعب التعبير عن المرح ووضعه في نطاق محدد. لكن من الممكن التعبير عنه بأن المرح حدثاً تلقائياً أو يكون بشكل مقصود ومخطط.

<https://ar.wikipedia.org/wiki/>

وان المرح والضحك يعملان على تقوية جهاز المناعة النفسي فهو وسيلة مهمة لمقاومة الأمراض وتنشيط الرئتين وتوسيع القفص الصدري ويقلل نوبات الربو ويفتح الشهية ويزيد من أداء الكليتين (اللويمي . ٢٠١٠ : ٧) .

٨. **العادات الصحية للنوم**:- من الضروري الحصول على (٧) ساعات من الراحة ليلاً للحصول على صحة مثالية. فالنوم يوفر الطاقة الأساسية للقيام بجميع العادات اليومية واتخاذ القرارات. وقد يؤثر الحرمان من النوم سلبياً على المزاج ودرجة الحرارة فضلاً عن القدرة على التركيز على المهام اليومية (<https://www.kfshrc.edu.sa/store/media/ig.pdf>).

ودور الإرشاد الأكاديمي في اكساب الطلبة المهارات اللازمة في تنظيم الوقت والعادات الصحية للنوم. وبذلك يستطيع الطلب تخصيص وقت للنوم والراحة . وأن الاضطراب فيه يؤثر سلباً في الجهاز المناعي . وان الحرمان منه يؤدي إلى التهيج والإثارة والعدوان والشعور بالإعياء والإنهاك وتختلف الحاجة إليه من شخص لآخر



طبقاً لتأليية الحاجات النوعية . وان النوم مبكراً والاستيقاظ مبكراً هو أفضل العادات الصحية إذ أن أعلى مستويات طاقات الإنسان الملائمة للعمل هي في الصباح الباكر وأدناها في المساء (الأعم. ٢٠١٣: ٢٥) .

المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

أولاً: الاستنتاجات

استنتجت الباحثة أن للإرشاد الأكاديمي دور في تعزيز المناعة النفسية عند طلبة الجامعة من خلال الآتي:

١. إظهار سلوكيات واستجابات إيجابية عند توقع أحداث سلبية.. ومساعدتهم في فهم نواتج السلوكيات وتفسيرها.
٢. محاولة تبصير الطالب الجامعي بأن التصورات الخاطئة عن قدرات جهاز المناعة النفسية هو الذي يحد من قوة استجاباته.
٣. إرشاد الطلبة للتعامل مع الأحداث المؤلمة وكخبرات جديدة.
٤. تعزيز التفكير الإيجابي من خلال التفاؤل والنظرة الايجابية للحياة.
٥. يساعد الطلبة على التكيف والموائمة مع الاحداث المؤلمة.
٦. تفرغ الطاقة السلبية النفسية للطلبة لتخفيف الألم النفسي.
٧. تعزيز استراتيجيات المواجهة التكيفية .
٨. يمكن الطلبة من إجادة استخدام المعرفة وتوظيفها في إدراك النواتج الإيجابية الممكنة للوصول الى حياة أكثر ايجابية.

ثانياً: التوصيات

توصي الباحثتان بضرورة الآتي:

١. اعتماد برامج إرشادية بأساليب إرشادية متنوعة لمواجهة مشكلات الطلبة في المرحلة الجامعية.
٢. التعاون بين وحدة الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ووحدة الأنشطة لغرض حث الطلبة على المشاركة في الأنشطة الرياضية والفنية والعلمية والادبية.
٣. التعاون مع منظمات التنمية البشرية لغرض عقد الندوات والقاء المحاضرات . والتي لها دور في تنمية الفرد وجعل الطلبة يحملون نظرة تفاؤل وأمل من المستقبل .



٤. التعاون مع خبراء التغذية الصحية لعقد الندوات واللقاءات مع الطلبة. وتوعيتهم لما للغذاء من تأثير على المزاج والحالة للفرد.
٥. عقد اللقاءات والاجتماعات الفردية والجماعية لغرض تشخيص الحالات التي تتطلب معالجات فورية.

ثالثاً: المقترحات

تقترح الباحثان الآتي:

١. دراسة فاعلية برامج ارشادية لتعزيز المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة.
٢. العلاقة بين المناعة النفسية ومتغيرات اخرى.
٣. واقع الإرشاد الأكاديمي في الجامعات العراقية (دراسة ميدانية).
٤. توظيف الإرشاد الأكاديمي الإلكتروني لتعزيز المناعة النفسية.

المصادر

- ❖ الأعجم. نادية محمد رزوقي. (٢٠١٣): المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة ديالى. كلية التربية للعلوم الانسانية. العراق.
- ❖ البيومي. سعد رياض محمد. (٢٠١٩): فعالية برنامج أرشادي لدعم المناعة النفسية وخفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. المجلة الالكترونية الشاملة. العدد السادس.
- ❖ جميل. محمد. العادات الصحية للنوم. مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث. <https://www.kfshrc.edu.sa/store/media/ig.pdf>.
- ❖ خضير . محمد توفيق . ٢٠١٠ . الصحة والسلامة العامة . ط ١ . دار صفاء للنشر . عمان .
- ❖ خوج. حنان أسعد وعاشور. نيللي السيد. (٢٠١٥): اتجاهات طالبات جامعة الملك عبد العزيز نحو الإرشاد الأكاديمي. وقائع مؤتمر الإرشاد الأكاديمي للفترة من ١- ٣/١١/٢٠١٥. جامعة الملك عبد العزيز. المملكة العربية السعودية.
- ❖ الخياط. عالية محمد محمد تراب. (٢٠١٥): الارشاد الأكاديمي أهميته وفلسفته ومكانته في التربية الإسلامية. وقائع مؤتمر الإرشاد الأكاديمي للفترة من ١- ٣/١١/٢٠١٥. جامعة الملك عبد العزيز. المملكة العربية السعودية.



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

- ❖ دافيدوف . لندال . ٢٠٠٠ . الشخصية والدافعية والانفعالات . ط ١ . ترجمة السيد الطواب وآخرون . الدار الدولية للاستثمارات الثقافية . مصر .
- ❖ راشد . علي (٢٠١٠) : الجامعة والتدريب الجامعي . دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر . بيروت - لبنان .
- ❖ راضي . زينب . ٢٠٠٨ . الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية . الجامعة الإسلامية . غزة .
- ❖ رشدي . علي محمد ورشدي . أحمد علي . (٢٠١٥) : خصائص وطبائع ووظائف الإرشاد الأكاديمي في التعليم العالي . . وقائع مؤتمر الإرشاد الأكاديمي للفترة من ١- ٣/١١/٢٠١٥ . جامعة الملك عبد العزيز . المملكة العربية السعودية .
- ❖ السعدني . مصطفى . (٢٠٠٣) : توكيد الذات علاج نفسي . ج ١ . مستشفى الحرس الوطني . المملكة العربية السعودية .
- ❖ الشرعي . بلقيس . (٢٠٠٩) : دراسة تقويمية لبرنامج أعداد المعلم بكلية التربية جامعة السلطان قابوس وفق متطلبات معايير الاعتماد الأكاديمي . المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي . العدد ٤ . المجلد ١ .
- ❖ الشريف . رولا رمضان . (٢٠١٦) : فعالية برنامج ارشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الخير على غزة (٢٠١٤) . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية . الجامعة الإسلامية - غزة . فلسطين .
- ❖ الغالبي . احمد طالب محمد . (٢٠١٦) : أثر أسلوب دحض الأفكار في تنمية الاتجاه نحو الزواج لدى طلاب الجامعة . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة ديالى . كلية التربية الأساسية . العراق .
- ❖ الكبيسي . عبد الواحد حميد والكبيسي . راضي محمد . (٢٠١٤) : أخلاقيات ومتطلبات التأهيل التربوي للأستاذ الجامعي . مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع . عمان .
- ❖ كعكي . سهام محمد . (٢٠١٤) : تنظيم الإرشاد الأكاديمي بمؤسسات التعليم العالي وسبل تطويره في ضوء التوجيهات العالمية (تصور مقترح) . المؤتمر الدولي الأول تطوير الأداء الأكاديمي لكليات التربية رؤية استشرافية جامعة الجوف . المملكة العربية السعودية .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٣-٢٢)

- ❖ كمور.مimas. (٢٠١٤): أهمية التكامل ما بين الإرشاد الأكاديمي والرشاد النفسي في تمكين الطلبة في التعليم المفتوح. سجل بحوث الندوة الإقليمية لتطوير الإرشاد الأكاديمي في الجامعات العربية. الجامعة العربية المفتوحة. فرع سلطنة عمان.
- ❖ اللويحي . احمد . ٢٠١٠ . مجلة الصحة والحياة . مؤسسة البيان للنشر . دولة الإمارات العربية المتحدة . دبي . العدد ١ .
- ❖ محمد. آسيا عبد القادر. (٢٠١١): الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بالتوافق النفسي. مجلة دراسات افريقية. العدد ٤٥ . جامعة القاهرة. مصر.
- ❖ محمد . مؤيد منفي ومحمد. أسيل صبار (٢٠١٨): المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين وقرانهم غي العائدين من النزوح. المؤتمر العلمي السنوي "يوم الصحة النفسية". جامعة الانبار. العراق.
- ❖ مرسي . كمال . ٢٠٠٠ . السعادة وتنمية الصحة النفسية – مسؤولية الفرد في الإسلام وعلم النفس . الجزء الأول . دار النشر للجامعات . القاهرة .
- ❖ المعايطه. عبد العزيز عطا الله. (٢٠١٤): مشكلات الإرشاد الأكاديمي في جامعة نزوي . سلطنة عمان. ندوة اقليمية / تطوير الإرشاد الأكاديمي. الجامعة العربية المفتوحة. فرع سلطنة عمان.
- ❖ ياسين. حمدي محمد وآخرون (٢٠١٨): الأمل والتفاؤل محددان للصمود النفسي لعينة من طلبة الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية. العدد (١٩). مصر.

– Appleby. D. C. (2002). The teaching-advising connection. The Mentor: An Online Academic Advising Journal. accessed on August 22. 2015 at <http://www.psu.edu/dus/mentor/appleby2.htm>.

– Barbanell. L.. (2009). Breaking the Addiction to Please Goodbye Guilt. Published by Jason Aronson. An imprint of Roman & Littlefield Publishers. Inc.

– Davidson. M. (2000): Cognitive therapy for therapists. (UK) Oxford University Press.

– Flach . F . F . 2003 . Resilience . Discovering Strength At Times Of Stress . NewYork . Ny ; Hatherligh Press.



- Kagan. H.. (2006). The psychological immune system. A new look at protection and survival–Herman. Library of Congress Control Number: 2005908995. U.S.A.
- Kreber. C.. & Cranton. P. A. (2000). Exploring the scholarship of teaching. Journal of Higher Education.71(4).
- Marzieh . A . (2005) . Identifying Stressors And Reactions To Stressors–In Gifted And non-Gifted Students . International Education . Journal of 6 (2) . 136-140.
- Nelson KL. J Ment Health Soc Behav 2019 .Mental Health and Advising on the College Campus . <https://doi.org/10.33790/jmhsb1100101>.
- Oláh. A.. Nagy. H.. & Tóth. K.. (2010). Life expectancy and psychological immune competence in different cultures. ETC–Empirical Text and Culture Research. 4. 102-108.
- Selye . H. (1976) . The Stress Of Life . New yourk . Mc (Graw Hill Book Company) .
- Shaffer . Martin (1982) . Life After Stress . New York . plenumpress
- Stipp . David . (2003) . Alittle worry Is good For Busness Optimists May Not Be Prepared When Things Wrong–Defensive Pessimists Are Ready . For The Worst . Feedback Astip "ortune Mail com .
- Yaacob. N. R. N. (2014) The Concept of Helping in Counseling: An Islamic Perspective. Journalism and Mass Communication. 4(7).
- Tugade . M . M & Fredrick Son . B.L . & Barrett . L.F. (2004) .Psychological Resilience And Positive Emotional Granularity : Examining The Benefits Of Positive ' Journal Of Personality .
- Toshihiko . M. (2002) . Optimism–Pessimism Assessed In The 1960 And Self–Reported Health Status 30 years later . Vol. 77.
- (<https://alqabas.com/article/5785627>).



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

دور الإرشاد في احتواء الصدمات النفسية لدى الطالب الجامعي

م. د. نصره عبد الحسين علوان

م- د جنان صالح محمد

مديرية تربية ديالى

جامعه ديالى/ كلية التربية الأساسية

الكلمات المفتاحية: الصدمات النفسية jinan8144@gmail.com

الملخص



تتضمن ورقه العمل هذه مقدمه عن دور الارشاد في مواجهه الصدمة النفسية التي يتعرض لها طلبة الجامعة نتيجة ما افرزته ظروف المجتمع العراقي من صراعات وحروب و كوارث طبيعيه وجائحة كورونا للوقوف على حل الصدمه التي تصيب الناس العاديين لا المعنيين فقط من حالات وراثية او بيولوجية ولدوا بها أي ان مخاطرها تهدد الجميع بشكل مباشر او غير مباشر وفي حال لم يتم حل الصدمه فقد يؤدي ذلك الى خسارة الفرد فائدته لنفسه ووسطه و مجتمعه ومن هنا يأتي دور الارشاد لتخفيف من أعراض الصدمة لجعل الفرد يتمتع بصحة نفسيه جيده ومواجهة الصعوبات ووضع التوصيات والمقترحات .

The role of counseling in containing trauma

I have an undergraduate student

Summary

This working paper includes an introduction to the role of counseling in facing the psychological trauma to which university students are exposed as a result of the conditions of the Iraqi society. such as conflicts. wars. natural disasters. and the Corona pandemic. in order to find out the solution to the trauma that afflicts ordinary people not only the brightest cases of hereditary. amateur. and born with any of the same topic Hence the role of counseling. speed. symptoms of trauma. to make the individual healthy and face difficulties.

Key words: trauma

مقدمة

إن ما يحدث في العالم من حروب وويلات وكوارث طبيعية (فيضانات. و أعاصير. و زلازل. و حرائق. وبراكين...وغيرها). وعنف متمثل في اعتداءات جنسية وجسدية وغيرها تترك في النفس الإنسانية خبرات مؤلمة . بحيث يكون الأفراد ضمن



المجتمع الحلقة الأضعف في هذه الدائرة التي تقع فيها الأحداث الصعبة. لذلك نجد أن السواء العاطفي والجسدي والنفسي لدى هذه الفئة في مثل هذه الصدمات النفسية يستند إلى مقدرة الأفراد على التكيف مع هذه الصدمات و . قدرتها على امتلاك أساليب مساندة تساعدهم على تخطي أعراض الأزمة وارتداداتها النفسية والانفعالية. إن المهتمين من الاختصاصيين في مجال الصحة النفسية يعطون أهمية كبيرة للمخاطر التي يتعرض لها الأفراد ضحايا الحروب والعنف. ويجدون أن المجتمع التي يلتصق بها الفرد تعد مهمة للغاية من أجل إيجاد

الملجأ الآمن لصحتهم النفسية والعقلية في هذه الأوقات الصعبة والخطيرة لذا يتمثل دور الإرشاد الأساسي في تربية الأفراد تربية سليمة من خلال إشباع حاجاتهم الجسدية والعقلية والاجتماعية والنفسية والوجدانية والانفعالية. و يقع أمن الفرد الجسدي و النفسي في الدرجة الأولى على عاتق المجتمع دائم أو يقطنون في مناطق عنف دامية. فإرشاد بما يتقدمه من دعم و مساندة لطلابه كأنها تمهد لتحسينهم ضد الأزمات المختلفة من خلال تزويدهم بجهاز مناعة دفاعي على المستوى النفسي يقيهم خلال حياتهم من الصدمات التي قد يواجهونها . وتجهيزهم بأساليب مواجهة مختلفة تزيد من قدرتهم على التعامل بمنطق سليم مع الصدمات النفسية التي تتضمن الجهود السلوكية والنفسية لمواجهة الضغط والمتطلبات الداخلية والخارجية. و يتضمن ذلك الجهود التي يبذلها الفرد لحل المشكلات والاستجابة الفورية المناسبة وعلى ذلك نجد أن الأفراد الذين تعرضوا لأزمات واستطاعوا تجاوزها من خلال استخدام أساليب الإرشاد لتهيئة الفرد لمواجهة ما قد يعترض سبيله في الحياة (حسنين. ٢٠٠٤. ٢)

مشكلة البحث

وقد شهدت في الآونة الأخيرة أحداث وأعمال شغب واسعة وكبيرة في العراق. تسببت في إحداث عدة مآسي توزعت في جوانب عديدة. فأفرزت القتلى والمفقود. والأسير. والجريح. وتركت الآلاف من الأطفال. والنساء. والشيوخ. والشباب يعانون ويتألمون ويقعون عرضة للصدمة النفسية الذي يُعد من اكبر الاضطرابات النفسية الشائعة بعد تعرض الفرد للحوادث الصدمية. إذ يتعرض الفرد إلى هذه المآسي والاختبارات القاسية عبر مساره النمائي الطفولة. والمراهقة. والرشد. والشيخوخة (ملحم. ٢٠١٠: ٤٠٠) تتفاوت ردود فعل الأشخاص للحوادث الصادمة فليس بالضرورة أن يعاني كل من تعرض لحدث صادم لعوارض الصدمة النفسية. أو اضطرابات أخرى



إذ ترتبط هذه الردود بقدرة الفرد على مواجهة الحدث. وتتأثر هذه القدرة بالوسائل الدفاعية المختلفة لديه. كتكوينه النفسي وثقافته وبمعتقداته وهي الأمور التي ننشأ عليها منذ الولادة وتتطور في صيرورة حياتنا. وتتأثر قدرة الفرد أيضاً بمدى الدعم الذي يتلقاه من المحيطين به. وبناء على هذا فقد يعاني أشخاص من صدمة نفسية نتيجة حادث طرق. في حين يواجه آخرون الحدث ويتأقلمون معه. وتجدر الإشارة أيضاً إلى أن الصدمة النفسية لا تعكس بالضرورة رد فعل لتعرض مباشر للحدث بل قد تكون نتيجة لتعرض غير مباشر. كأن تنتج عن إصابة شخص من العائلة. أو صديق. أو مشاهدة حدث معين على التلفاز. أو سماع خبر معين (Carlson . Neil . ٢٠٠٠: ٣٢)

لعل الحروب التي هي من صنع البشر أكثر الحوادث التي تثير الرعب. والفرع. والقلق في نفوس البشر. فالتدمير. والقتل. والتهجير ينتج عنها صدمة نفسية يشمل تأثيرها كل أفراد الشعب (الشيخ. ٢٠٠٢: ١٢). فضلاً عن ذلك أحداث الطبيعة وكوارثها كالفيضانات. والبراكين. والزلازل كانت وستبقى هاجساً مريعاً يقضى مضاجع الناس. وأن المتضرر منها هو الإنسان ولهذا عنيت المؤسسات العلمية والعالمية بتصنيف الصدمة النفسية نتيجة الإصابات النفسية التي أنتجتها الحروب والكوارث الطبيعية التي مرت بها الشعوب والأمم على مر السنين ولحد الآن فأفرزت عنوان خاص (Trumatic psychological disorder) (حسن. ٢٠٠٤: ٣٩).

والأحداث الصدمية أحداث خطيرة ومربكة وغير متوقعة. وتتسم بقوتها الشديدة أو المتطرفة. وتسبب الخوف والقلق والانسحاب والتجنب وتختلف في دوامها من حادة إلى مزمنة. ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده كحادث سيارة. أو جريمة من جرائم العنف. وقد تؤثر في المجتمع ككل كما هو الحال في الزلزال. أو الإعصار (يعقوب غسان. ١٩٩٩: ٦٣). في هذه الحالة يتعايش الفرد مع معاناة نفسية مزمنة تعكر صفو النمو السليم فضلاً عن كون الصدمة مصدر الكثير من الضغوط النفسية. ولاسيما في حياة المراهق التي تُعدّ عائقاً في طريق النمو والنضج النفسي والعقلي (حبيب. ٢٠٠٧: ٤٢). وتتعداه إلى معاناة الإنسان الذي يفقد فيها الاستقرار والطمأنينة والرجاء في المستقبل عدا أعمال النزوح. والتهجير. والجراح النفسية الكبيرة (أبو غزالة. ١٩٩٩: ١٢٧). إذ يعتمد التأثير على شدة ومدة ومقدار تعرض الفرد للأحداث المسببة للصدمة (ثابت. ٢٠٠٦: ١).



إذ كانت الصدمة النفسية تترك آثار في جميع مجالات الحياة وفي جميع المراحل العمرية. فإنها تكون بدرجة أكبر في فئة الشباب. لأنهم الأكثر عرضة لكل ما يواجهه المجتمع وهم يتأثرون بخبرات المجتمع وتجاربه وتقاليده (مقصود. ١٩٩١: ٣٨).

إن من الشرائح المهمة التي يمكن دراستها طلبة الجامعة. التي هي مرحلة من مراحل النمو وتتخللها الكثير من التغيرات (الجسمية. والعقلية. والانفعالية. والاجتماعية. والخلقية) التي تتم في العقد الثاني من العمر. حيث يحاول جاهداً إقامة الاتزان النفسي من جديد (الأشول. ١٩٨٢: ١٨). وفي هذه المرحلة نلاحظ حدوث تغيرات نفسية وفسولوجية يجب الانتباه لها من قبل المعنيين. (علي. ٢٠٠١: ٣). كما أنها عامل مهم في نمو الفرد الاجتماعي والروحي. إذ يبدأ بتكوين منظومة من القيم والأخلاقيات التي تكون ضرورية للنمو (Houser. ١٩٨١: ٣٠٩-٣١٠). ففي هذه المرحلة فرصة لأن يكتسب المشاركة الوجدانية والأخلاقيات العامة المتعلقة بالعدالة والتعاون والمرونة ومختلف الصفات الروحية (فتوح. ١٩٩٤: ١٧).

ثانياً: أهمية البحث

تمثل هذه المرحلة فترة عمرية لها أهميتها ودقتها (أبو النيل. ٢٠٠١: ٩). إن هذه المرحلة العمرية يتعلم فيها الطلبة مسؤولياتهم بصفاتهم مواطنين في المجتمع. وتنمو قدراتهم المعرفية وقيمهم الجمالية. والاجتماعية. والانفعالية نتيجة تفاعلهم مع البيئة الاجتماعية (Giddens. ٢٠٠٥: ٦٦). وبما يصاحبها من تغييرات جسمية. وعقلية. ونفسية إذ يمكن أن يضطرب بها اتزان الفرد لشخصيته ويرتفع مستوى التوتر الذي يؤثر في اختلال العلاقات الاجتماعية بأعضاء الأسرة وأصدقاء المدرسة وغيرها. وتدفع إلى بلوغ حاجات. ومطالب معينة قد تحول العادات والتقاليد وظروف التنشئة وظروف البيئة من دون بلوغها. مما يجعل هذه المرحلة حرجية. ومن أجل أن تتم عملية الانتقال بصورة ناجحة أن يوفق بين مطالبه المتعددة. وأن يكتسب معرفة ومهارات جديدة تمكنه من التوافق مع الوضع الجديد.

لذلك يُعدُّ العناية بالطلبة اليوم من أهم المعايير التي يقاس بها تطور المجتمع. إذ إنَّ العناية بالشباب في أي مجتمع هو في الواقع اعتناء بمستقبل ذلك المجتمع. فرعايته وإعدادها للمستقبل حتمية حضارية يفرضها التطور العلمي والتكنولوجي. (الدراجي. ٢٠٠٣: ١٢).



فالإرشاد يعمل على تشجيع الطلبة على أن يعرف نفسه. ويكتشف قدرته. ويصل إلى فهم كامل لذاته بحيث يستطيع أن يعمل شيئاً لنفسه ويتعامل مع فرص الحياة بواقعية (الحريري والأمامي. ٢٠١١: ٥٧) ويقدم المساعدة للطالب المسترشد في ضوء استعداداته وقدراته. ويسعى إلى تنمية قدرة المسترشد على توجيه ذاته وحياته بنفسه وتحديد أهدافه في الحياة وتحقيق مطالبه في ضوء معايير المجتمع وأسس التشريعية وتحقيق سعادته في ميادين الحياة الشخصية. والتربوية. والمهنية. والاجتماعية (محمود ١٩٩٨: ٣٦-٣٧). ويُعنى الإرشاد بمساعدة الأفراد على مواجهة العقبات التي تعترض نموهم حيثما وجدت وعلى تحقيق أقصى درجات النمو لإمكانياتهم الشخصية (باترسون. ١٩٨١: ٧). وهو عملية تعلم اجتماعي تقوم على أساس علاقة مباشرة بين اثنين أحدهما المستفيد من العملية المسترشد والثاني هو المرشد المتخصص الذي يمتلك المعلومات والحقائق ومسلحاً بالأساليب الإرشادية النفسية العلمية المختلفة التي تتطلبها هذه العملية. والتي أول ما تهدف إليه هو مساعدة الفرد لمعرفة إمكانياته. ودوافع نشاطه. وأسباب إحباطه. وعوامل قلقه. وما قد يؤدي ذلك إلى شعوره بحالات من الصراع النفسي والعداوية على الآخرين. واختلال الصحة النفسية. فهو يعد الجانب التطبيقي من جوانب التربية الذي يهدف إلى مساعدة الفرد ليستخدم طاقاته وإمكانياته المختلفة استعمالاً سليماً لتحقيق التوافق مع مطالب الحياة والشعور بالرضا عنها وعن نفسه (الخالدي. ٢٠٠١: ١٩٦).

ولذلك أصبحت العملية الإرشادية علماً له مناهجه. وأأسسه. وخطته. وبرامجه. وتعددت مناهجه وأساليبه تبعاً لتعدد النظريات الإرشادية. فضلاً عن تعدد وتنوع المشكلات التي يواجهها الأفراد (سفيان. ٢٠٠٢: ١١).

لذلك فإنَّ الهدف الرئيس للأسلوب الإرشادي هو الوصول بالفرد إلى التوافق النفسي والاجتماعي وتوفير الجو الملائم في المدرسة والمجتمع (الحياني ١٩٨٩: ٢٠٨). وسواءً أكانت الأساليب الإرشادية وقائية أم علاجية أم إنمائية. فإنَّها تسعى لمعالجة مشكلات الفرد على وفق أساليب علمية وتقنية تعمل على تنمية ميوله واتجاهاته وتوافقها مع نفسه وبيئته (Berdie. ١٩٥٩: ١٧٥-١٧٦).

ان الهدف من ذلك معرفة دور الإرشاد في احتواء الصدمات النفسية لدى الطالب الجامعي



تطور مفهوم الصدمة النفسية: (Psychological Truma)

ان مفهوم الصدمة كما عرفها ميكنبوم (Meichenbanm. ١٩٩٤) بأنّها عبارة عن حوادث شديدة. أو عنيفة تعدّ قوية ومؤذية ومهددة للحياة. بحيث تحتاج هذه الحوادث إلى مجهود غير عادي لمواجهتها والتغلب عليها (Meichenbanm. ١٩٩٤: ٣٢) يعتقد الباحثون أنّ مفهوم الصدمة قد وضع في عام ١٨٨٤. إذ أطلق العالم (Oppenheim) عليه مصطلح العصاب الصدمي. ولكنهم بذلك يتجاهلون مصطلح مفهوم الصدمة عبر آلاف السنين. وقد كان للحضارة العربية إسهاماتها في تطور هذا المفهوم. ونذكر على سبيل المثال تجربة ابن سينا التي لا يمكن تجاهلها بوصفها أول دراسة تجريبية لعصاب الصدمة وانعكاساته النفسية – الجسدية. ويمكن بعد ذلك أن تأتي إلى دور اوبنهايم الذي أطلق في عام ١٨٨٤م تسمية العصاب الصدمي على وضعية الشعور بتهديد الحياة. كما أنّ له الفضل في غزل هذا العصاب وتمييزه (النابلسي. ١٩٩٥: ١٣٠).

إنّ أول تسمية لاضطراب الضغوط الصدمية عام ١٩٨٠م عندما أدخلت جمعية الطب النفسي الأمريكي هذا المصطلح للدلالة على اضطراب نفسي خاص يتلو حدوث الصدمة وبعد سبع سنوات عادت جمعية الطب النفسي الأمريكي وأدخلت بعض التعديلات على المفهوم وكان أهم هذه التعديلات هو التركيز بصورة اكبر على أعراض التجنب (يعقوب. ١٩٩٩: ٣٨).

وصف الحادث الصدمي

تشير النتائج عن طريق مراجعة الدراسات التي تناولت الأعراض النفسية عقب حدوث الكوارث. أو الأحداث الصدمية إلى وجود صفات مشتركة تجمع هذه الدراسات. ومع تنوع طرائق البحث والتقصي وتوجهات الدارسين أشارت بعض الدراسات إلى أنّ الكوارث الطبيعية تختلف في توصيفها وآثارها عن الحوادث التي يتسبب فيها الإنسان. وأنّ هذا الاختلاف يختص باتساع مجال التأثير. واستمرارية التهديد. بمعاودة الحدوث. ومدى القرب المكاني من موقع الكارثة. والاعتقاد بإمكانية الوقاية منها وإسقاطات اللوم (Giddens.A.Duneier. ٢٠٠٥: ٤)

من النظريات المفسرة للصدمة النفسية



١. النظرية السلوكية: وأوضح أنَّ السلوك الفعال الذي يصدر عن الكائن ليس فقط كاستجابة لمنبهات خارجية محددة بل يصدر عنه تلقائياً سواء أكان سويًا أم مضطرباً يهدف إلى الحصول على نتائج معينة". وهو ما تعبر عنه مثلاً حالة التجنب لمواقف ترتبط بالصدمة. وبناءً على هذه النظرية يكون الحدث الصدمي بمثابة منبه غير مشروط يظهر القلق والخوف مقروناً بالاستجابة اللاشروطية أو الطبيعية يصبح منبه غير طبيعي (خبرة ما). اقترنت بالحدث الصدمي مثل: الأصوات العالية. أو سيارات الإطفاء وغيرها (من المثيرات) منبهًا مشروطاً وتظهر الاستجابات المشروطة المتمثلة بالخوف والقلق التي يشعر المريض بسببها بعدم الراحة وتؤدي إلى أن يسلك سلوك التجنب بصورة سلبية (قطامي. ٢٠٠٠: ٦٤).

2. النظرية المعرفية: تناول الأنموذج الذي قام (Creamer) بعرضه. الذي يعرض فيه تكوين الصدمة. ولكن من دون استعراض العوامل الأخرى التي تؤثر في التكيف في مرحلة ما بعد الصدمة كالشخصية قبل حدوث الصدمة. والبيئة الشافية. والتبعات البيولوجية للصدمة (Kleber. ١٩٩٥: ٥٧). ويتم تقييم الصدمة معرفياً بحسب المراحل الخمسة الآتية:

المرحلة الأولى : التعرض للحدث (Object exposure):

المرحلة الثانية: تكوين الشبكة (Network Formation):

المرحلة الثالثة: الغزو أو الهجوم (Intrusion):

المرحلة الرابعة: التجنب (Avoidance):

المرحلة الخامسة: النتيجة (Outcome):

٣. نظرية هانز سيللي (Hans Selye) يعد هانز سيللي من أشهر الباحثين الذين ارتبطت أسماؤهم بموضوع الضغوط وتنطبق نظريته من مسلمة ترى : أنَّ الضغط متغير غير مستقل. وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة. . وحدد سيللي ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط (عثمان ١٩٩٧: ٩٨):

١. مرحلة التنبيه أو الإنذار (Alvam stage:))



٢. مرحلة المقاومة (Stage of Resistance).

٣. مرحلة الاستنزاف. أو الإعياء. أو الإنهاك (Exhaustion stage):

اعراض الصدمة النفسية

يمكن أن يمس الحدث الصدمي الشخص بصورة مباشرة عندما يدرك أن حياته مهددة وأنه لا يستطيع أن يستجيب بطريقة ملائمة للوضعية. إذ يختلف الأفراد في استجاباتهم للصدمة النفسية ويتباين جدولها العيادي من شخص لآخر. وذلك تبعاً لتاريخ كل واحد وبحسب تنظيمه النفسي. إذ تظهر كل أعراض الجدول العيادي أو بعضها لدى الشخص. وذلك بحسب قوة الصدمة ومدى قدرته على مجابهتها.

ويحتم الأطباء النفسيون حول الجدول العيادي الخاص بها من منطلق أن الأمر يتعلق باضطراب ما يزال غير معروف كما يمكن أن نلخص عواقب الصدمة النفسية في ثلاث تناذرات أساسية هي:

١. التناذر التكراري: يكتسي التكرار طابعاً إمرضياً (pathognomonique) للصدمة النفسية ويأخذ أشكالاً مختلفة كأحلام. والكوابيس. والحاجة القهرية لذكر الحادث مروراً بذكريات مؤلمة التي تعيد إنتاج الحادث الصدمي. إذ يمكن أن يجتاح الشخص بإنتاج عقلي تصور متكرر على الخبرة غير المدمجة عقلياً. التي تعيد إنتاج الانفعال الأصلي وقد يعاش الحدث الصدمي في عدة أشكال نذكر منها:

أ. الذكريات المتكررة: يجتاح الحادث الشخص على شكل صور. وأفكار. وإدراكات تسبب الشعور بالضيق وتفرض نفسها عن وعيه رغم أنه يحاول التخلص منها. وأحياناً على شكل إجتراعات عقلية شبيهة بالأفكار القهرية الهجاسية. لتترك الفرد واهنا مغلوباً على أمره.

ب. الأحلام المتكررة: تشكل الكوابيس عارضاً خاصاً بحالة الصدمة وتكون التظاهر الأكثر تواتراً فيه حيث يلاحظ المصدوم كوابيس مرعبة دون محتوى واضح. والواقع أن هذا التكرار يكتسي وظيفة من منطلق أنه هو الذي يقود الصدمة النفسية لأن تحل نهائياً. ولأن ذلك أمرٌ مستحيلٌ إبان الحدث الصدمي الأصلي. وبهذا فليس من التبصر اعتبار معاودة البقايا اليومية والحياتية في أثناء الحلم على أنها عمل ميكانيكي بحث ناتج عن مبدأ التكرار. إنما له قيمة نفسية تفرجية كبيرة عن طريق معالجة التوترات باستمرار.



ج. إنطباعات فجائية: كان الحدث الصدمي سيحدث مرة ثانية على شكل صور إحيائية أو أو هام. أو هلاوس. أو مشاهد تفكيكية. إذ يشاهد عند المصدم إعادة التكوينات الخاصة بالصدمة وتظهر هذه الإنطباعات بمناسبة مثيرات تستحضر ذاكرة الصدمة. إذ تعاد معايشة الرعب المرتبط بالخبرة الصادمة الأصلية مصحوبة بأعراض الإعاشية كنبات الصلح والسمع ونوبات القم. والبكاء. والغضب. والعدوانية المفضية أو الحركية مع الشعور الدائم بالتهديد من خطر متوقع

٢. التناذر التجنبي: يظهر التجنب ذو الأصل الصاد مباشرة بعد الحادث ويدل على انتقاله إلى وضعيات أخرى متصلة به بعلاقة ترابطية. إذ ينعكس التهديد على الموضوع. أو الوضعية التي تسمح بتثبيت القلق. وحتى وإن كانت سير التجنب تهدف بصفة شعورية إلى تجنب الأماكن. والأشكال أو المرافق المتصلة مباشرة بأحداث الصدمة فإنها يمكن أن تصل فيما بعد إلى عناصر بعيدة كالأماكن العمومية والأشخاص ذوي المورفولوجيا المتشابهة.

أنواع الصدمات: الصدمة نوعان أساسيان: الصدمات الرئيسية وصدمة الحياة

أولاً: الصدمات الرئيسية: هي الخبرات الجلية في حياة أي فرد تصادفه باكراً وتكون لها آثار نفسية حاسمة لا يمكن أن تستحدثها. أي صدمة أخرى وهي أنواع:

- صدمة الميلاد: تُعدّ الولادة أول وضعية خطيرة يعيشها الإنسان. والتي تصبح قاعدة لكل قلق فيما بعد.

- صدمة الفطام: يتعاقب الإشباع والإحباط عند الطفل منذ ولادته. فعلاقة الرضيع بالثدي بوصفها موضوعاً جيداً تعقبها علاقته به بوصفها موضوعاً سيئاً وكرهياً في أثناء الفطام.

- صدمة البلوغ: يعرف البلوغ على أنه مجموعة التغيرات النفسية والفيزيولوجية المرتبطة بنضج جنسي. ويمثل البلوغ الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد. والبلوغ مرحلة محتمة لكل فرد يمر بها في نموه. ولهذا تُعدّ مرحلة البلوغ صدمة وأزمة نفسية.

ثانياً: صدمات الحياة: هي التجارب التي يمر بها الفرد. أو الأحداث التي يتعرض لها سواء أكانت بسيطة أم عنيفة. وإن كانت كذلك فتسبب له صدمة نفسية وهي أنواع:

- صدمة الطفولة: صدمة الطفولة قد تكون أحداث مؤلمة منفردة من النوع الذي يستغرق حدوثها وقتاً قصيراً. كالعلاقات الجراحية التي تجري للطفل من دون إعدادة نفسياً. أو



الاعتداءات الجنسية على الطفل. أو موت أحد الوالدين. أو كليهما فجائياً. صدمة ناتجة عن معاشية حدث صدمي: هي ناتجة عن أحداث عنيفة طبيعية خارجة عن نطاق الفرد كالفيضانات. والزلازل. ومختلف الكوارث الطبيعية. كما قد تكون بفعل الإنسان كالحروب. وحوادث المرور. وغيرها.

- صدمة ناتجة عن سماع خبر مؤلم دون معاشية الحدث: كسماع الفرد بموت أحد المقربين له. ممّا يؤثر في نفسيته على الرغم من عدم حضوره في أثناء الوفاة. وعموماً كل ما يعيشه الشخص من حادث يتخطى الإطار المألوف لتجربة إنسانية. وإن يكن هذا الحدث مؤملاً لدى أي فرد مثل التهديد الخطير على الحياة الشخصية. أو الجسد. أو على الزوجة والأولاد. أو رؤية جريمة قتل. أو اعتداء جنسي. أو غيرها.

- صدمة المستقبل. أو الصدمة الحضارية: تكون كنتيجة للإفراط في الإثارة كما يقول توفلر ويحدث ذلك عندما يضطر الفرد إلى التصرف بشكل يتجاوز مداه التكيفي ويقصد بمداه التكيفي قدرة الفرد على التكيف. أو التأقلم ولا يمكن تحقيق التكيف الناجح إلا عندما يكون مستوى الإثارة معقولاً

. مراحل تطور الصدمة النفسية: يمكن تحديد مراحل الصدمة النفسية على النحو الآتي:
١. في أثناء الصدمة: من الناحية النفسية فإنّ الانهيار سبب خمول الفكر. السلوك والاستجابة الفيزيولوجية. الإحساس بالتفكك. وهذا ما نجده في دراسة الأطباء النفسانيين على الجنود بعد عودتهم من حرب فيتنام وتركزت الدراسة على معرفة أشكال التفكك للصدمة. إذ قاموا بوضع استبيان لمعرفة الاضطرابات التي يحس بها الجنود في لحظة الصدمة نفسها وما ينجم عنها على المدى الطويل والتي تقيس بالتسلسل: فقدان الشخصية. والنسيان. وعدم ضبط الوقت. وكذا الإحساس باضمحلال الجسم.
٢. عند توازن الصدمة: إنّ القلق الذي ينتاب الضحية بصفة مفاجئة وقوية يحدث نوعاً من الخمول لدى الضحية. الذي تحس بالخوف واضطراب شديد فالشخص يشعر وكأنّه فقد شيئاً ما بداخله والذي لا يمكن العثور عليه.

٣. ما بعد الصدمة: لك الإحساس بالقلق الغريب عند التفكك لا يزول بسرعة ويمكن أن يصبح مرضاً عقلياً. ولكن في أغلب الأحيان الضحية تخرج من انهيارها البدائي إلى حالة إرهاق شديد لا يمكن له النوم بصفة جيدة. كما أنّ الذكريات والأحلام المزعجة تظهر بصفة متكررة وكل هذا يؤثر لا محال سلباً في حياة الشخص إلى حد تجعل منه شخصاً عاجزاً عن القيام بأي نشاط مهما كان (G.Lopez). (١٩٩٥: ١١٢).



مبررات الإرشاد النفسي: وهناك ثمة عدّة عوامل أسهمت في ظهور الحاجة إلى الإرشاد النفسي أهمها:

١. التقدم العلمي والتقني. واتساع المشاركة والتفاعل العلمي. وازدياد الجامعات.
٢. تطور الوعي الإنساني والرغبة في تساوي الفرص. ممّا حد بظهور الإرشاد النفسي والتربوي لتوجيه القدرات العلمية وتنميتها.
٣. ممارسة الإنسان لمسؤوليته في الاختيار والقرار والتكيف يتطلب الحاجة إلى الإرشاد.
٤. النظرة إلى المستقبل والإيمان بما يحمل من تقدم وتطور على كافة الأصعدة.
٥. مشكلة تصنيف الأفراد تبعاً لقدراتهم واستعداداتهم الجسمية. والعقلية. والنفسية. ووضع الشخص المناسب في المكان المناسب.

التوصيات Recommendation

١. العمل على فتح دورات تدريبية إرشادية للتدريسيين ليتمكنوا من تشخيص مشكلات الطلبة النفسية والاجتماعية ومعالجتها.
٢. إمكانية الاستفادة من البرنامج الإرشادي الحالي في المراكز الإرشادية لتحقيق أفضل مستوى من النمو النفسي والمساعدة في حل المشكلات الاجتماعية أول بأول حتى لا تتفاقم وتتطور عندما لا تجد الحلول في الوقت المناسب.
٣. العناية بالبرامج أو إعلامية- الثقافية التي تعمل على فتح باب الحوار والتعبير عن الرأي وتفتيتها من مشاهد العنف والعدوان.
٤. اجراء المزيد من البحوث عن الصدمات النفسية بسبب الحروب والأوضاع التي يعيشها مجتمعنا والمشكلات النفسية الناتجة .
٥. بتفعيل دور المنظمات الخاصة بتقديم الخدمات النفسية كالعلاج والإرشاد النفسي.

المقترحات Suggestion:

- ١ - تصميم برنامج إرشادي للصدمة النفسية اعتماداً على أساليب وإستراتيجيات إرشادية
- ٢- ضرورة إنشاء مراكز الخدمات الإرشادية في جميع المحافظات من اجل حل مشكلات الشباب ومساندتهم ودعمهم معنوياً من اجل التغلب على المشكلات والصدمات التي يتعرضون لها في حياتهم .



المصادر

- أبو النيل. محمود السيد (٢٠٠١): دراسات في الصحة النفسية. ط١. مكتبة الجامعات الحديثة. الإسكندرية.
- أبو غزالة. سميرة (١٩٩٩): الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من الذكاء وتأکید الذات وبعض سمات الشخصية. مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس. العدد ٢٣. الجزء ٢. القاهرة. مكتبة زهراء الشرق
- باترسون (١٩٨١): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. دار القلم للنشر والتوزيع. الكويت.
- حسنين. عائدة عبد الهادي. (٢٠٠٤). (الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. عمادة الدراسات العليا. الجامعة الإسلامية. غزة.
- حسن. الحارث عبدالحميد (٢٠٠٤): اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية عند الأطفال - المراهقين - الكبار. مركز البحوث النفسية. جامعة بغداد
- حسن. عماد أحمد (٢٠٠٤): مدى فعالية برنامج تدريبي في خفض الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة وأثره في مهارات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي. مجلة كلية التربية. المجلد ٢٢. العدد ١. جامعة أسيوط.
- ثابت. وآخرون (٢٠٠١): أثر الصدمة النفسية على الأطفال الفلسطينيين والصحة النفسية لأمهاتهم في قطاع غزة. برنامج غزة للصحة النفسية. غزة. فلسطين.
- ثابت. عبدالعزيز (٢٠٠٦): دراسات في الصحة النفسية في قطاع غزة. ط١. -لنابلسي. مُحَمَّد أحمد (١٩٩١): الصدمة النفسية علم النفس الحروب والكوارث. دار النهضة العربية للطباعة والنشر. بيروت. لبنان.
- الحياني. عاصم محمود (١٩٨٩): الإرشاد التربوي والنفسي. دار الكتب للطباعة والنشر. جامعة الموصل.
- الخالدي. أديب (٢٠٠١): الصحة النفسية. ط١. الدار العربية للنشر والتوزيع.
- الخالدي. عطا الله. والعلمي. سعد الدين (٢٠٠٨): الإرشاد المدرسي والجماعي النظرية والتخطيط. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

- محمود (١٩٩٨): التوجيه والإرشاد الطلابي للمرشدين والمعلمين. ط١. دار
الأندلس للنشر والتوزيع. السعودية
- مقصود. منى سليم (١٩٩١): أساليب مساعدة الأطفال والمراهقين. التأثير بالأزمة
والحرب دليل الوالدين والمدرسين. وزارة الصحة. الكويت.
- ملحم. سامي مُحَمَّد (٢٠١٠): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. ط٢. دار المسيرة
لنشر والتوزيع. عمان. الأردن
- يعقوب. غسان (١٩٩٩): سيكولوجيا الحروب والكوارث ودور العلاج النفسي. ط١.
دار الفارابي. بيروت

الارتقاء بمستوى طلبة الجامعة على وفق مفهوم العمليات الادارية/كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة أنموذجاً

مديرية شباب ورياضة ديالى

م.د اياد محمد صالح

الكلمات المفتاحية: العمليات الادارية

ملخص البحث



المشكلة: إن كلية التربية البدنية علوم الرياضة/جامعة ديالى لم تعتمد استخدام مقياس العمليات الادارية الذي تم بناؤه كأداة قياس بعد تطبيقها على جميع كليات التربية البدنية في العراق بحسب علم الباحث وهنا تبرز مشكلة البحث في دراسة واقع العمليات الادارية بتطبيق هذا المقياس واعتماد نتائجه أنموذجا للارتقاء بمستوى طلبة الجامعة.

هدف البحث

تعرف واقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى أنموذجا للارتقاء بمستوى الطلبة في الجامعة منهجية البحث واجراءاته الميدانية. استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي كونه الأكثر ملاءمة للتحقيق الهدف.

يتكون مجتمع البحث بأصحاب القرار وهم أعضاء مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى وعددهم (٧) واعتمدتهم الباحث عينة لبحثه. استخدم الباحث مقياس العمليات الادارية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق أداة لدراسة واقع العمليات الادارية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى موضوع البحث.

الاستنتاجات

تُعد رؤية أصحاب القرار وسيلة مهمة لقياس العمليات الادارية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى أنموذجا لدراسة واقع العمليات الادارية لكليات الجامعة.

١- أن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ديالى تعد أنموذجا مثاليا للارتقاء بمستوى طلبة الجامعة.

التوصيات

- ١- ضرورة إجراء دراسات مستمرة لواقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى.
- ٢- اعتماد كلية التربية البدنية أنموذجا لدراسة واقع العمليات الادارية للكليات في جامعة ديالى بهدف الارتقاء بمستوى الطلبة فيها.



Raising the level of university students according to the concept of administrative operations / College of Physical Education and Sports Sciences as a model

Dr. Ayad Muhammad Saleh

Diyala Youth and Sports Directorate

Search abstract

((Upgrading the level of university students according to the
concept of administrative processes / College of Physical
Education and Sports Sciences as a model))

Researcher M. Iyad Muhammad Saleh / Ministry of Youth and
Sports

The problem: The College of Physical Education and Physical
Education at the University of Diyala did not adopt the use of the
Administrative Processes Standard that was built as a
measurement tool after applying it to all Faculties of Physical
Education in Iraq according to the researcher's knowledge. Here
the research problem arises in studying the reality of administrative
operations by applying this scale and adopting its results as a
example for advancement At the level of university students.

Research

object:

The reality of administrative operations in the College of Physical
Education and Sports Sciences / Diyala University is known as a
example for improving the level of students at the university

Research methodology.

The researcher used the descriptive method in the survey method.
being the most appropriate for achieving the object.



The research community is made up of decision-makers who are (7) members of the Council of the College of Physical Education and Sports Sciences / Diala University. and the researcher approved them as a sample for his research.

The researcher used the Administrative Operations Standard for the Faculties of Physical Education and Sports Sciences in Iraq as a tool to study the reality of the administrative operations of the College of Physical Education and Sports Sciences / Diyala University. the subject of the research.

Conclusions:

1- The vision of decision-makers is an important way to measure the administrative processes of the College of Physical Education and Sports Sciences / Diyala University. as example for studying the reality of the administrative operations of the university's colleges.

2- The College of Physical Education and Sports Sciences / Diyala is an ideal example for raising the level of university students.

Recommendations:

1- The necessity to conduct continuous studies of the reality of administrative operations at the College of Physical Education and Sports Sciences / University of Diyala.

2- The College of Physical Education adopts example to study the reality of the administrative operations of the faculties at Diyala University. with the aim of improving the level of students there.

Keywords: administrative operations



١ التعريف بالبحث

١-١ المقدمة والأهمية

تعتمد المؤسسات التعليمية العالمية والمحلية الأسس ووسائل حديثة لتطوير وتحسين الأداء على وفق المفاهيم والنظريات الحديثة في الادارة لكي تبني في ضوئها قرارات صائبة من شأنها تحقيق الأهداف المرجوة وأن من اهم أهدافها هو الارتقاء بمستوى طلبتها. وإن تطبيق المفاهيم والنظريات يحتم اجراء دراسات مستمرة للواقع بشكل عام وواقع العمليات الادارية بشكل خاص حيث أكد العلماء بأنها تشكل المحور الاساسي لأي مؤسسة تبتغي المحافظة على التفوق والتنافس وإن مبدأ التغيير دائما يقوم على إعادة هندسة العمليات الادارية قبل النظر الى الهياكل التنظيمية والوظائف. وتكمن أهمية البحث في ضرورة دراسة واقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية أنموذجا للارتقاء بمستوى طلبتها كونها تتميز بالتصنيف المحلي في تطبيقها لمعايير الجودة الشاملة مما يتطلب المحافظة على هذا التميز والسعي للوصول الى التفوق.

١-٢ مشكلة البحث

إن الخطوات المتبعة في تطوير وتحسن الأداء في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى تعتمد التوجيهات والضوابط الصادرة من الجهات العليا بخصوص ذلك ولم تعتمد استخدام مقياس العمليات الادارية الذي تم بناؤه كأداة قياس بعد تطبيقها على جميع كليات التربية البدنية في العراق بحسب علم الباحث وهذا ينعكس بدوره على المستوى العلمي والمعرفي لطلبتها وهنا تبرز مشكلة البحث في دراسة واقع العمليات الادارية بتطبيق هذا المقياس واعتماد نتائجه قاعدة لإعادة هندستها لغرض اتخاذ القرارات المناسبة التي تهدف الى الارتقاء بمستوى الطلبة فيها .

١-٣ هدف البحث

تعرف واقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى أنموذجا للارتقاء بمستوى الطلبة فيها .

١-٤ مجالات البحث



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

المجال البشري: أعضاء مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة

ديالى

المجال المكاني: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى

المجال الزماني : ٢٠١٨

١-٤ تعريف المصطلحات:

العمليات الإدارية: " هي سلسلة من النشاطات الإدارية المترابطة التي تحول مدخلات العمل إلى مخرجات".^{١٨}

٢ الدراسات النظرية

٢-١ مفهوم العملية الادارية Administrative process

مفهوم العملية: process

يعرف (Davenport) العملية بأنها "بناء و قياس الأنشطة الموضوعية و المصممة لتقديم مخرجات محددة لعميل أو سوق محدد"^{١٩}

و يعرفها (Johansson) بأنها " أنشطة مترابطة تقوم بتحويل المدخلات مع غطائها قيمة إضافية الى مخرجات ذات عائد أكبر. وأكثر فعالية لمستلميها"^{٢٠}

و يُقصد بالعملية " سلسلة من الأنشطة. والجراءات. والخطوات التي تحول المدخلات الى مخرجات . و هذه السلسلة تضيف قيمة للمدخلات بإجراء التعديلات الضرورية عليها لتنتج شيئاً جديداً ذا قيمة للعميل"^{٢١}

تشكل العمليات الادارية المحور الأساس الذي يركز عليه أداء المؤسسة وبوساطتها يتم تحويل المدخلات الى مخرجات ذات قيمة تحدد قيمة وعنوان المؤسسة.

(ريموند مانجانيلي و مارك آلاين ؛ الدليل العلمي للهندرة.(القاهرة. الشركة العربية للاعلام العربي . ١٩٩٥) ص ٥١٨)

^{١٩} Davenport,T." Need for radical innovation and continuous improvement integrated process Re-engineering and TQM" p6

^{٢٠} Johanson, S.J." Re-engineering: Wath Warks,Wath doesn't?Retail business Review,p55

^{٢١} أحمد بن صالح؛ الهندرة . (عمان. الأردن. دار وائل للنشر و التوزيع . ٢٠٠٣) ص ٢١



ويعني ان مخرجات المؤسسة هي التي تضعها في موقع التنافس والتفوق فيما اذا تم استحداثها باستمرار على وفق المفاهيم والنظريات الحديثة والتطور العلمي والتقني . فكلما أعيدت هندسة العمليات الادارية تحسن الأداء باتجاه المنافسة والتفوق وكلما تعززت جودة مدخلاتها وبالتالي ستضمن سوق لمخرجاتها يوازي منافسيها. الأمر الذي حذا بالقيادات الادارية لمؤسسات التعليم أن التأكيد على ترسيخ ثقافة التغيير المستمر على وفق الأسس العلمية وارتباطها باتخاذ القرارات الصحيحة والمبنية على هذه الأسس.

٢-٢ مفهوم نظم الادارية: Administrative systems

يُعرف النظام " بأنه كيان يتكون من أجزاء أو عناصر تعتمد الواحدة على الأخرى فإن تعريف المؤسسة كنظام يؤكد على تكوينها من أجزاء مترابطة متعاونة لها أهداف مشتركة بالإضافة الى ذلك تُعد المؤسسات نظاماً مفتوحاً أي أنها مفتوحة على البيئة. وهذه الخاصية تتيح للمؤسسة الحصول على الموارد أي المدخلات من البيئة وكذلك تصريف منتجاتها وخدماتها الى البيئة.^{٢٢}

ويعد النظام الاطار الخاص والخط الذي يحدد مراحل وواجبات كل عملية ادارية وارتباطها بالعمليات الأخرى ويضمن التوقيتات الزمنية والحدود المكانية بالحد الذي يهذب العملية من تراكم الشوائب والأخطاء في الأداء ويكشف عن التوقفات الطارئة والتي تحدث ومستقبل حدوث غيرها.

عناصر النظام هي

المدخلات: وتتمثل بالموارد (بشرية متمثلة بالطلبة والعاملين. المادية وتتمثل بالأموال والآلات والمستلزمات. معلوماتية وتتمثل بتدفق المعلومات وتكنولوجيا المعلومات).

العمليات: جميع الأنشطة والاجراءات التي تحول المدخلات الى مخرجات .

المخرجات: وتتمثل بالخريجين والبحوث العلمية أو الخدمات أو استشارات او حزمة قرارات .

التغذية الراجعة: وهي جزء من المخرجات يُعاد تدويرها كونها مدخلات أو عناصر تطوير وتحسين للعمليات.

^{٢٢} Carliele. Haward. " Situational Management "1973 New York P83



٢-٣ مفهوم القرار: The decision

القرار الاداري يعني "مسار فعل يختاره مُتخذُ القرار بوصفه أنسب وسيلة متاحة أمامه لإنجاز الهدف أو الأهداف التي يبتغيها"^{٢٣}

ويعرفه بعض المفكرين "بأنه الاختيار الحذر و الدقيق لأحد البدائل من بين اثنتيت أو أكثر من مجموعات البدائل السلوكية"^{٢٤}

تعتمد القرارات النهائية في المؤسسة على ما تفرزه العمليات الادارية. وتحدد درجة وقوة القرار بعلمية وجودة تصميم العمليات الادارية للمؤسسة كنظام حديث ومتطور يواكب المتغيرات في البيئة الداخلية والخارجية المحيطة بها. وأهمية اختيار وإن اتخاذ القرارات المناسبة ينعكس بشكل مباشر على مستوى الطلبة في الجامعة التي يعتبر هدفها الرئيس كمؤسسة تعليمية عليا في البلد.

وتعد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من المؤسسات ذات النظام المفتوح أنموذجاً مثاليا لدراسة واقع العمليات الادارية مما يجعلها دائمة التأثير والتاثر بالبيئة الخارجية مما ينعكس على بيئتها الداخلية وبالتالي يؤثر بدرجة كبيرة على القرار .

٣ منهجية البحث واجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي كونه الأكثر ملاءمة للتحقيق الهدف.

٢-٣ مجتمع وعينة البحث

يتكون مجتمع البحث بأصحاب القرار وهم أعضاء مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى وعددهم (٧) واعتمدتهم الباحث عينة لبحثه.

٣-٣ أداة البحث

محمد يس و ابراهيم درويش ؛ المشكلة الادارية و صناعة القرار . (القاهرة . الهيئة المصرية للكتاب . ١٩٧٥) ص ١٠١ ^{٢٣}
^{٢٤} F. Nigro, " Modern Administration (Harper and Row publishers new York)1965 P173



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الباحث مقياس العمليات الإدارية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق
أداة لدراسة واقع العمليات الادارية لكلية التربية البدنية استخدم وعلوم الرياضة/جامعة
ديالى موضوع البحث ملحق(١).^{٢٥}

جدول(١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات العمليات الادارية في كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة – جامعة ديالى

الباحث مقياس العمليات الإدارية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق أداة لدراسة واقع العمليات الادارية لكلية التربية البدنية المجال	رقم الفقرة	س-	ع	النسبة المئوية
قبول الطلبة	١	٤,٨٥٧	٠,١٠٠	%٩٧,١٤
	٢	٤,٥٧١	٠,٣٩٩	%٩١,٤٢
	٣	٤,٤٢٨	٠,٥٣٠	%٨٨,٥٦
	٤	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
	٥	٤,١٤٢	٠,٦٣١	%٨٢,٨٤
	٦	٤,٢٨٥	٠,٤٨٨	%٨٥,٧٠
	٧	٤,١٤٢	٠,٩٧٥	%٨٢,٨٤
	٨	٣,٥٧٢	٠,٧٢٨	%٧١,٤٤
	٩	٤,٢٨٥	٠,٤٨٩	%٨٥,٧٠
	١٠	٤,٨٥٧	٠,١٢٢	%٩٧,١٤
التدريس	١	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
	٢	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
	٣	٤,٧١٤	٠,٢٨٥	%٩٤,٢٨
	٤	٤,٥٧١	٠,٢١٨	%٩١,٤٢
	٥	٤,٧١٤	٠,٢٠٣	%٩٤,٢٨
	٦	٤,٠٠٠	٠,٢٨٥	%٨٠,٠٠
	٧	٤,٢٤٨	٠,٢٤٤	%٨٨,٥٦
	٨	٤,٢٨٥	٠,٤٦٤	%٨٥,٧٠
	٩	٣,٨٥٧	٠,٦١١	%٩٧,١٤
	١٠	٣,٥٧١	٠,٤٨٤	%٩١,٤٢
البحث العلمي	١١	٤,٢٨٥	٠,٧٧٥	%٨٥,٧٠
	١	٤,٤٢٨	٠,٥٣٠	%٨٨,٥٦
	٢	٤,٠٠٠	٠,٢٨٥	%٨٠,٠٠
	٣	٤,٤٢٨	٠,٢٤٤	%٨٨,٥٦
	٤	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
	٥	٤,٢٨٥	٠,٤٨٩	%٨٥,٧٠
	٦	٤,٤٢٨	٠,٣٧٠	%٨٨,٥٦
	٧	٤,٨٥٧	٠,١١٩	%٩٧,١٤
	٨	٤,١٤٢	٠,٦٩٣	%٨٢,٨٤
	٩	٤,٤٢٨	٠,٣٥٠	%٨٨,٥٦
١٠	٤,٤٢٨	٠,٣٥٠	%٨٨,٥٦	

^{٢٥} اياد محمد صالح؛ بناء وتقنين مقياس العمليات الادارية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق من وجهة نظر أصحاب القرار.
أطروحة دكتوراه. كلية التربية الأساسية /جامعة ديالى. ٢٠١٨



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٣	٤,١٤٢	0.793	%٨٢,٨٤
٤	٤,٤٢٨	٠,٥٣٠	%٨٨,٥٦
٥	٤,٠٠٠	٠,٢٨٥	%٨٠,٠٠
٦	٤,٠٠٠	٠,٢٨٥	%٨٠,٠٠
٧	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
٨	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
٩	٤,٤٢٨	٠,٥٣٠	%٨٨,٥٦
١٠	٤,٤٢٨	٠,٥٣٠	%٨٨,٥٦
١	٤,٧١٤	٠,٤٨٩	%٩٤,٢٨
٢	٤,١٤٢	٠,٦٩٣	%٨٢,٨٤
٣	٤,١٤٢	٠,٤٨٩	%٨٢,٨٤
٤	٤,٥٧١	٠,٥٣٠	%٩١,٤٢
٥	٤,٤٢٨	٠,٢٤٤	%٨٨,٥٦
٦	٤,٤٢٨	٠,٢٤٤	%٨٨,٥٦
٧	٤,٢٨٥	٠,٤٨٩	%٨٥,٧٠
٨	٤,٧١٤	٠,٤٠٢	%٩٤,٢٨
٩	٤,١٤٢	٠,٤٠٨	%٨٢,٨٤

النشاطات الفنية والرياضية

٣-١ حساب ميزان المقياس

بدائل الاجابة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
الدرجة	٥	٤	٣	٢	١

الوسط الحسابي الفرضي هو $3 = 5 \div 10 = 5 + 4 + 3 + 2 + 1$

٢-٤ التجربة الرئيسية

قام الباحث بتطبيق مقياس العمليات الادارية على عينة البحث وتم جمع البيانات واستخراج النتائج بعد معالجتها احصائيا.

٣-٥ الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss للمعالجة الاحصائية.



٤ عرض وتفسير وتحليل نتائج البحث

٤-١ عرض نتائج واقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى عينة البحث

٤-٢ عرض القيمة التائية بين الوسط الحسابي المحسوب و الوسط الحسابي الفرضي وتحليلها ومناقشتها:

أراد الباحث مقارنة الوسط للإجابات على واقع العمليات الادارية مع الوسط الفرضي للمقياس (٣) على أساس مقياس ليكرت الخماسي. لاختبار النتائج استخدم الباحث الاختبار التائي وحصل على نتائج توضح بأن المتوسط الحسابي لإجابات الفقرات المكونة لواقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى قد بلغ (٤,٣٧٩) وبانحراف معياري قدره (٠,٤٥٠) وحيث إن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (٨,١١) وهي أعلى من قيمتها الجدولية البالغة (٢,٤٤٧) هذا يعني يوجد فرق بين الوسط الحسابي والوسط الحسابي الفرضي وبدلالة احصائية وأن هذا الفرق حقيقي ولم يأتي صدفة كما مبين جدول (٢). ويدل على الوعي الاداري الذي يتمتع به أصحاب القرار في هذه الكلية والإيمان بالتغيير وبالتالي سوف ينتج عن القرارات المتخذة تحسين على العمليات الادارية في فيها ومنها (قبول الطلبة والتدريس والأنشطة الرياضية والثقافية) وهذا بدوره سيؤدي الى الارتقاء بمستوى الطلبة واعتماد مفهوم اعادة هندسة العمليات الادارية كأسس لاتخاذ القرارات فيما يخص العمليات الادارية في المؤسسة (الكلية). ويشكل مفهوم الوعي الاداري الركيزة الأساس في بناء شخصية صاحب القرار لممارسة دوره للتأثير في ادارة المؤسسة.

الوعي يعني التفكير أو الإدراك . و يُشترط وجوده عناصر إجرائية ثلاثة تُكوّن هذا المفهوم هي (إدراك المرء لما يُحيط به إدراكاً مباشراً . و إدراكه لذاته . و اندماجه مع الآخرين . و يُستعمل الوعي كذلك بمعنى المسؤولية و الالتزام بقيم الجماعة . وكلها ترجع الى صفة خاصة في الإنسان و هي (الإدراك و التفكير).^(٢٦)

جدول (٢)

القيمة التائية والمتوسط والانحراف المعياري والوسط الفرضي للعمليات الادارية في كلية التربية البدنية و الرياضة - جامعة ديالى

^(٢٦) عمر صالح ؛ مفهوم الوعي والتوعية وأهميتها .(بحث منشور . كلية الشريعة و الدراسات الاسلامية . جامعة الشارقة . الإمارات العربية . ٢٠١١) ص ٣٨



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

عينة البحث	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T		مستوى الدلالة عند ٠,٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
العدد	3	4.379	0.450	6	8.11	2.44	دال إحصائيا

3-4 عرض قيمة F بين مجالات العمليات الادارية وتحليلها ومناقشتها :

أراد الباحث أن يختبر الفروق بين الأوساط الحسابية لمجالات العمليات الادارية في كلية التربية البدنية - جامعة ديالى المتكونة من خمسة مجالات. فاستخدم اختبار تحليل التباين الأحادي فبلغت قيمة (F) المحسوبة (١,٧٠٢) و هي أقل من قيمتها الجدولية (٢,٦٨٩) وهذا يعني لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لمجالات العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى كما مبين في جدول (٣). ويدل على أن رؤية أصحاب القرار العمليات الادارية في هذه الكلية شاملة وباتجاه واحد من خلال ما مبين في جدول (٤) أي تقارب واضح في المتوسطات الحسابية لجميع المجالات وبنسب مئوية عالية هذا يعني أن العمليات الادارية تسير على وفق أهداف موضوعة واضحة وجدية العمل على تحقيقها بمفهوم التطوير المستمر والقناعة بضرورة إعادة هندسة العمليات باستمرار بغض النظر عن مستوى الاداء. بمعنى أن اتخاذ القرارات لا يأتي دون دراسة مسبقة و استقراء للواقع وإنما بأسلوب علمي بوساطته يتم تحديد مشاكل قد تحدث مسبقاً والتهيؤ لوضع بدائل تحقق طفرة في تقدم العمل الاداري.

إن مستوى الطلبة مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعمليات الادارية في الكلية وما يتخذه مجلس الكلية من قرارات في ضوع نتائج الدراسات المستمرة للواقع. ويعني اختيار البديل المناسب سيؤثر بطبيعة القرار ومن ثم ينعكس على الأداء ورفع مستوى الطلبة فيها. "يعتمد الأسلوب العلمي لاتخاذ القرارات على مجموعة الخطوات تتمثل في: تعريف المشكلة. جمع البيانات. تحديد البدائل. اختيار البديل المناسب والأفضل. ومن ثم تطبيق الحلول" (٢٧).

جدول (٣)

(٢٧) نوال عبد الكريم؛ اتخاذ القرارات الإدارية. (عمان، الأردن. دار أمجد للنشر و التوزيع. ٢٠١٥) ص ٤٣



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

يبين قيمة F بين مجالات العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ديالى عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F
بين المجموعات	206٠,	4	274٠,	1.702
داخل المجموعات	5.277	٣٠	161٠,	
المجموع	5.483	٣٤	274٠,	

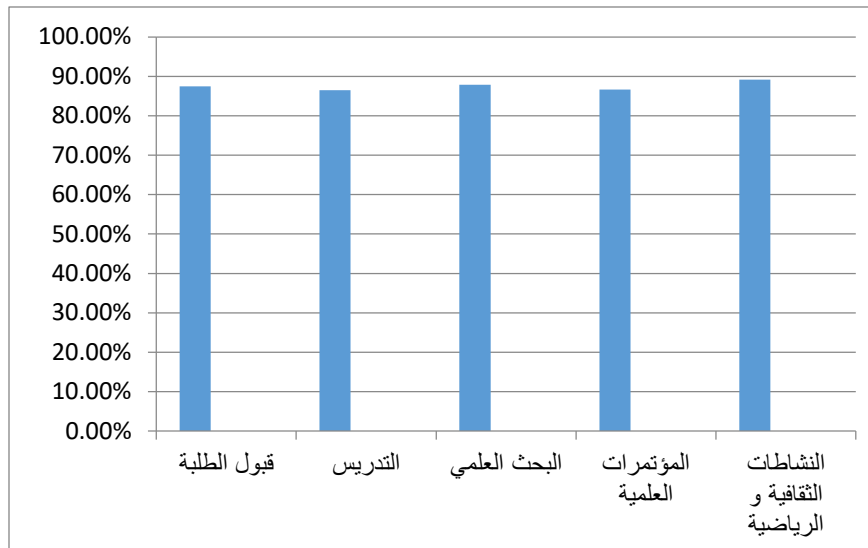
قيمة (F) الجدولية = ٢,٦٨٩ عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

جدول (٤)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمجالات العمليات الادارية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ديالى

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
قبول الطلبة	٤,٣٧١	٠,٤٩٩	%٨٧,٤٢
التدريس	٤,٣٢٤	٠,٤٢٠	%٨٦,٤٨
البحث العلمي	٤,٣٩٢	٠,٤٠٧	%٨٧,٨٤
المؤتمرات العلمية	٤,٣٣٣	٠,٤٩٧	%٨٦,٦٦
النشاطات الثقافية والرياضية	٤,٤٦٠	٠,٤٢١	%٨٩,٢٠

النسب المئوية
العمليات
في كلية
البدنية وعلوم
– جامعة



شكل (١)

يوضح
لمجالات
الادارية
التربية
الرياضة
ديالى



من خلال عرض النتائج في جدول (٤) وما ظهر في الشكل (١) أن الكلية

حريصة على استخدام الوسائل والاساليب الصحيحة في اختيار طلبتها والتصميم العالي الجودة لعمليات قبول الطلبة والتدريس والبحث العلمي والمؤتمرات العلمية والنشاطات الثقافية والرياضية . وبالتالي تعد كلية التربية البدنية وعلوم والرياضة/جامعة ديالى أنموذجاً مثالياً للارتقاء بمستوى الطلبة في الجامعة. ويشير الباحث على ان المحافظة على مستوى التنافس يتطلب تكرار دراسة واقع العمليات الادارية وذلك لمواكبة التطور والحداثة وعدم الاكتفاء بالتحسن المستمر الذي قد يضيف تحسينات بسيطة لاتمنح الفرصة الكافية للتفوق وإنما التفكير باعادة هندستها باستمرار حتى وان تحقق التفوق.

٥ الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

- ١- ظهور توافق في رؤية أصحاب القرار في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ديالى وفقاً لنتائج الكشف عن مستويات القياس
- ٢- تُعد رؤية أصحاب القرار وسيلة مهمة لقياس العمليات الادارية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى.
- ٣- أن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ديالى تعد أنموذجاً مثالياً للارتقاء بمستوى طلبة الجامعة.



٥-٢ التوصيات

- ١- ضرورة إجراء دراسات مستمرة لواقع العمليات الادارية في كلية التربية البدنية علوم الرياضة/جامعة ديالى. بمفهوم (الهندرة) إعادة هندسة العمليات الادارية.
- ٢- تفعيل دور مجالس كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اتخاذ قرارات جريئة لتقويم العمليات الادارية فيها.
- ٣- اعتماد نتائج البحث كقاعدة بيانات تنطلق ينطلق يبنى عليها مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى قراراته الاستراتيجية في إعادة هندسة العمليات الادارية في الكلية.
- ٤- اعتماد كلية التربية البدنية أنموذجا لدراسة واقع العمليات الادارية للكليات في جامعة ديالى بهدف الارتقاء بمستوى الطلبة فيها.

المصادر العربية والأجنبية

- أحمد بن صالح؛ الهندرة . (عمان. الأردن. دار وائل للنشر و التوزيع. ٢٠٠٣)
- اياد محمد صالح؛ بناء وتقنين مقياس العمليات الادارية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق من وجهة نظر أصحاب القرار. أطروحة دكتوراه. كلية التربية الأساسية /جامعة ديالى. ٢٠١٨
- ريموند مانجانيلي و مارك آلاين ؛ الدليل العلمي للهندرة.(القاهرة. الشركة العربية للاعلام العربي. ١٩٩٥)
- عمر صالح ؛ مفهوم الوعي والتوعية وأهميتها.(بحث منشور . كلية الشريعة و الدراسات الاسلامية . جامعة الشارقة. الإمارات العربية. ٢٠١١)
- نوال عبد الكريم؛ اتخاذ القرارات الإدارية .(عمان . الأردن . دار أمجد للنشر و التوزيع. ٢٠١٥)
- محمد يس و ابراهيم درويش ؛ المشكلة الادارية و صناعة القرار .(القاهرة . الهيئة المصرية للكتاب . ١٩٧٥)

- Carliale. Haward. " Situational Management "1973 New York
- Davenport.T." Need for radical innovation and continuous improvement integrated process Re-engineering and TQM"



- F. Nigro. " Modern Administration (Harper and Row publishers new York)1965
- Johanson. S.J." Re-engineering: Wath Warks.Wath doesn't?Retail business Revie

ملحق (١)

فقرات مقياس العمليات الادارية بصورته النهائية

أولاً: قبول الطلبة : و هي جميع الاجراءات التي يشرف عليها ويقرها مجلس الكلية بدءاً من إعلان فتح باب التقديم الى مباشرة الطلبة في مقاعدهم الدراسية .

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
١	يتم الاعلان عن فتح باب التقديم للطلبة الجدد قبل بدء العام الدراسي بمدة محددة وثابتة سنويا					
٢	يكون الاعلان للتقديم كافياً للتعريف بالكلية و ضوابط التقديم ومواعيده					
٣	يمكن تنفيذ الخطة الموضوعية لعملية قبول الطلبة بوقت لا يؤثر على سير الدراسة وبكلفة اقل وجودة عالية					
٤	توجد إجراءات إدارية شفافة و دقيقة مسبقاً لاستقبال الطلبة المتقدمين للدراسة في الكلية					
٥	تتصف الاختبارات الموضوعية بالحدثة والدقة بما يتناسب ومعايير جودة الطالب					
٦	تعتمد الكلية اسلوباً معيارياً ذا جدوى علمية لتحديد اجتياز المتقدم					
٧	لا تتدخل الادارة العليا للمؤسسة(الوزارة او رئاسة الجامعة) في سياسة اختيار المقبولين					
٨	يتغير عدد المقبولين وفق خطة مرنة معدة مسبقاً					
٩	يُحدد تاريخ مباشرة الطلبة المقبولين يحدد ضمن الخطة المعدة مسبقاً قبل بدء التقديم					
١٠	يتم توزيع الطلبة المقبولين على شعب المرحلة الأولى بسرعة					

ثانياً: التدريس : و هي عملية وضع خطة وتنظيم هيكلية أعضاء هيئة التدريس والمقررات الدراسية وتحديد ساعات المحاضرات اختيار المدرس المناسب ومكان التدريس المناسب



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
١	توضع خطة قبل بدء العام الدراسي لتحديد المرشحين لرؤساء اللجان العلمية للأقسام و الفروع العلمية في الكلية					
٢	يتم اختيار رؤساء اللجان العلمية وفق مع معايير الجودة					
٣	يتم إقرار المفردات العلمية ضمن مقترحات اجتماع عمداء الكليات في وقت مبكر					
٤	تُعزز المفردات المضافة من قبل رؤساء اللجان العلمية جودة المناهج					
٥	توفير أماكن إلقاء المحاضرات يتيح فرصة لكسب الوقت وتوزيع الطلبة إيجابياً نسبة لعددهم					
٦	توزيع التدريسيين يتم بحسب الدرجات العلمية والتخصص ويخضع لمعايير الجودة					
٧	يُحقق الوقت المخصص لكل محاضرة أهداف التدريس المرجوة					
٨	يتم تحديد مواعيد الامتحانات الشهرية و الفصلية والنهائية والاعلان عنها مع بداية كل عام دراسي					
٩	يتم تحديد آلية وضع اسئلة الامتحانات بأنظمة مستحدثة عالمياً					
١٠	تتصف أوقات الامتحانات و مددها باقتصاد الكلفة والجهد والوقت					
١١	تستخدم الكلية برامج الحاسوب الالكتروني في تنظيم وتديق نتائج الطلبة الممتحنين					

ثالثاً: البحث العلمي: وتتضمن خطة وتنظيم أبحاث الطلبة وتهيئة لجان المناقشة لإقرارها وتقييمها .

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
١	يتم تحديد عدد المشرفين بما يتناسب مع عدد الطلبة ضمن خطة قبل البدء بالعام الدراسي					
٢	تُحدد تخصصات البحث العلمي التي سيكلف بها الطلبة مع بداية العام الدراسي					
٣	يُحدد مكان وزمان لمناقشة البحوث المنجزة					



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

					على أن لا يؤثر على العمليات الأخرى من حيث السرعة و الكلفة	
					تُحدد لجان مناقشة البحوث العلمية بما تناسب طبيعة وتخصص البحث	٤
					تتم مناقشة البحوث المنجزة بتنظيم يحقق سرعة الانجاز وبأقل جهد ممكن و جودة عالية	٥
					تُعد استثمارات خاصة بتقييم البحوث المنجزة تساعد على تنظيم العملية وسيرها	٦
					يتم ادراج درجات البحوث ضمن النتائج النهائية قبل بدء الامتحانات النهائية	٧
					تُنظم مسابقة للطلبة المبدعين في البحث العلمي في الكلية بقرار من مجلس الكلية	٨

رابعاً: المؤتمرات العلمية : وتتضمن تنظيم وتنفيذ الخطة الموضوعية من قبل مجلس الكلية لعقد المؤتمرات العلمية في الكلية . بدءاً من طرح فكرة الموضوع ووضع الشعار الى عقد المؤتمر وتقييم مخرجاته.

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
١	يُحدد الاجتماع الأول لمناقشة عقد المؤتمر العلمي قبل بدء العام الدراسي وادراجه ضمن جدول أعمال مجلس الكلية					
٢	تُكلف لجنة مالية بوضع جدوى اقتصادية بأقل كلفة ضمن حدود الميزانية المخصصة للمؤتمر					
٣	يوضع هيكل تنظيمياً مرناً وشفافاً لتنظيم نشاطات المؤتمر					
٤	يُحدد زمانا و مكان انعقاد المؤتمر بما يحقق مرونة العمل وسرعته					
٥	تُشكل لجان مساعدة من العاملين والطلبة للمساهمة في تنظيم انعقاد المؤتمر وإنجاحه					
٦	يتم اختيار مكان مناسب وغير مكلف يسهل من حضور الباحثين المشاركين وإقامتهم وتنقلهم					
٧	يوضع برنامج دقيق لافتتاح المؤتمر ومناقشة البحوث المرشحة و البيان الختامي					
٨	يتم اصدار البيان الختامي والتوصيات بحيث تصب في خدمة المجتمع وحاجته الملحة					
٩	تُشكل لجنة لتقييم البحوث المشاركة ومنحها الجوائز لإدراجها ضمن التصنيفات العلمية					



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المحلية أو الدولية					
١٠	تشكل لجنة لتقويم مخرجات المؤتمر واعطاء التوصيات اللازمة للمؤتمرات القادمة				

خامساً: النشاطات الفنية و الرياضية : وهي جميع النشاطات التي تقع على عاتق
شعبة التربية الفنية والرياضية في الكلية .

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبداً
١	تشارك الكلية في النشاطات الفنية والرياضية السنوية كافة					
٢	تخصص الكلية ميزانية مقننة تكفي للمشاركة في المنافسات الداخلية والخارجية					
٣	تعتمد الكلية التمويل الذاتي والعمل الطوعي للمشاركين في إقامة المعسكرات الكشفية					
٤	تشارك الكلية في أي نشاط طلابي حتى لو كان خارج المنهاج					
٥	تُناقش النشاطات الطلابية ضمن منهاج مجلس الكلية					
٦	تكافئ الكلية فرق النشاطات لتحفيزها على الإنجاز					
٧	يحظى الطلبة أصحاب الإنجازات في النشاطات باهتمام خاص من قبل مجلس الكلية					
٨	توثق الكلية نشاطاتها بشكل دوري ويتم الرجوع اليها عند الحاجة					
٩	تتابع الكلية نشاطات بعض الكليات الأخرى والموازنة مع نتائجها لغرض التقويم					

المرافقة البيداغوجية للطلاب الجامعيين في الجزائر-
دراسة ميدانية بجامعة الوادي- الجزائر

أ.د. منصور مصطفى
علوم التربية : التعليمية ومشكلات التعلم
جامعة الوادي الجزائر

أ.د. قنوعه عبد اللطيف
- التخصص: علوم التربية علم النفس التربوي.
- جامعة الوادي الجزائر
- البريد الالكتروني: tifaguenoua@gmail.com



أ.د. باللموشي عبد الرزاق
- التخصص: علوم التربية
- جامعة الوادي الجزائر
- البريد الالكتروني:

bellamouchididactique@gmail.com

الكلمات المفتاحية: المرافقة البيداغوجية – الحاجات الارشادية.

الملخص

تهدف الدراسة إلى التعرف على نظام المرافقة البيداغوجية في الجزائر واستكشاف الحاجات الارشادية لدى طلاب الجامعة وإلى أي مدى تلبية هذا النظام لها. ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي الاستكشافي. وطبقنا استبياناً لاستكشاف هذه الحاجات على عينة اختيرت بطريقة قصدية تكونت من ٢٥٦ من طلاب سنة أولى علوم اجتماعية بجامعة الوادي الجزائر. وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً. خلصنا إلى ترتيب الحاجات حسب انتشارها. واستنتجنا ان نظام المرافقة البيداغوجية يستجيب الى حد ما الى هذه الحاجات. وعليه نقترح تطوير وتعميم هذا النظام الى باقي المستويات. وكذلك تهيئة الظروف لتجاوز الصعوبات ميدانيا حتى يكون أكثر فاعلية.

Abstract

The study aims to identify the pedagogical accompaniment system in Algeria. exploring the counseling needs of university students and the extent to which this system responds to them. For this purpose. we used the exploratory descriptive method. We applied a questionnaire to explore these needs on a purposively sample consisting of 256 first-year social sciences students at El-Oued University in Algeria. After collecting and processing data statistically. we concluded that the needs are arranged according to their prevalence. that the pedagogical accompaniment system responds to some extent to these needs. We suggest developing and generalizing this system to other academic levels. as well as



creating conditions to overcome difficulties in the field in order for it to be more effective.

Keywords: - pedagogical accompaniment – counseling needs.

١- مدخل

١-١ الإشكالية

يعتبر النظام التربوي عماد الدول في نهضتها مما دعا إلى العمل على تطوير وتحسين العملية التعليمية وفق النظريات الحديثة التي تستجيب إلى متطلبات العصر. وفي هذا الإطار جعل الجزائر تعتمد نظام ليسانس – ماستر – دكتوراه (ل م د) بداية من ٢٠٠٤ ليعمم على كل الجامعات في ٢٠٠٩. ويولي هذا النظام أهمية كبيرة للمتعلم في استيعاب المعرفة واكتساب المهارات وتمثل القيم. خاصة في السنة الأولى جامعي التي تستدعي التكيف السريع مع المتغيرات في نظام التعليم الجامعي الذي يختلف جذريا عن التعليم الثانوي من ناحية العلاقة بالأستاذ وطرائق التدريس وأساليب التقويم والضبط الصفي والنظام البيداغوجي وتعدد الشعب والتخصصات. وقد يصاحب هذا الانتقال إلى جامعات بعيدة مما يضطره إلى السكن في المدن الجامعية التي تختلف عن البيئة التي كان يعيش فيها.

يحتاج الطالب في ظل هذه الظروف المستجدة نوعا من التوجيه والارشاد من الاساتذة أو غيرهم بطريقة رسمية أو غير رسمية. يساعده على التوافق الدراسي والنفسي والاجتماعي لتحقيق ملمح خريج الجامعة الذي يجسد الكفاءات المكتسبة من خلال التحصيل الأكاديمي الجيد. وهذا ما يحسن مخرجات التعليم العالي وصولا إلى الجودة المطلوبة.

ينطلق التوجيه والارشاد الرسمي من التعرف على الحاجات التي تتطلب التدخل من طرف الهيئات الوصية والمتمثلة في نظام المرافقة البيداغوجية بمختلف تسمياتها ومدى استجابة هذا النظام لتلك الحاجات.

المرافقة البيداغوجية تعني التكفل المستمر والدائم بتسهيل الحصول على المعلومات والحلول المطلوبة فيما يخص المحيط الجامعي من بداية التكوين إلى نهايته و تسهيل الاندماج في الحياة المهنية وعالم الشغل بعد حصول الطالب على الشهادة المرجوة. (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. ٢٠١١. ص ١). وقد يأتي بعدة تسميات مثل الوصاية والارشاد والارشاد الأكاديمي وجاء ذكر الإشراف في القانون الجزائري



بأنه متابعة ومرافقة دائمة للطالب بهدف تمكينه من الاندماج في الحياة الجامعية وتسهيل حصوله على المعلومات حول عالم الشغل.

والمرافقة البيداغوجية تهدف إلى تلبية الحاجات الارشادية في المجالات النفسية والاجتماعية والاكاديمية والمهنية. حيث توصل أبي مولود وجعني (٢٠١٨) إلى أن الحاجات تتعلق بالجانب الاعلامي والاداري والجانب البيداغوجي والجانب التقني والمنهجي. وكذا الجانب النفسي والمهني. كما تناولت عدد من الدراسات المرافقة البيداغوجية من جوانب مختلفة حيث توصل يحي (٢٠١٩) إلى وجود اتجاهات ايجابية لأعضاء هيئة التدريس نحو المرافقة البيداغوجية. وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهاتهم تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والخبرة والدرجة العلمية. كما توصل سيدي عابد (٢٠١٨) إلى وجود علاقة بين تطبيق المرافقة البيداغوجية وبين جودة التكوين في نظام ل.م.د. وأنه توجد فروق في تطبيق المرافقة البيداغوجية تبعا لمتغيرات (الجنس. المستوى الدراسي). أما حلاب ومام (٢٠١٩) فيرى أن هناك صعوبات كثيرة تواجه أعضاء هيئة التدريس في تطبيق المرافقة البيداغوجية متعلقة بالأستاذ والادارة والطالب.

فتأتي المرافقة البيداغوجية في التعليم العالي كما أوصت بها الهيئات الرسمية وغير الرسمية لتلبية الحاجات الارشادية المتعددة للطلاب في مختلف الجوانب الاكاديمية والنفسية والاجتماعية والادارية وفق نظام معين تتبناه الجامعة وتوفر له الامكانيات المادية والبشرية.

ومما سبق ومن خلال ملاحظتنا اليومية مع الطلاب وما يحتاجونه من مرافقة بيداغوجية يمكن طرح التساؤل التالي: ما هي الحاجات الارشادية للطلاب الجامعيين؟ وهل يلبي نظام المرافقة البيداغوجية في الجزائر هذه الحاجات؟

٢-١ الاطار النظري

١-٢-١ المرافقة البيداغوجية:

المرافقة البيداغوجية عموما هي عملية تتبنى بيداغوجية القرب. وتعتمد على تأطير ومصاحبة بيداغوجية فردية لطالب أو مجموعة صغيرة من الطلاب تعاني من صعوبات تواصلية ومعرفية تعيق المسار الدراسي وهي آلية تيسر عمليات التواصل والتعلم والاندماج. (بعلي وبريش. ٢٠١٣. ص ٢٨٧) فهي عمل مكمل لما يدرسه الطالب في الفصل الدراسي تساعد على حل المشكلات وتجاوز العقبات وتذليل الصعوبات من أجل التمدرس الحسن والتحصيل الجيد.



أما في التعليم العالي فيعرفها الحفاشي (٢٠٠٩) على أنها المساعدة والمتابعة المستمرة للطالب من أجل تسهيل اندماجه في المحيط الجامعي وقدرته على التعرف على عالم الشغل من خلال إمداد الطالب بالمعلومات الدقيقة عن التخصص والمتطلبات الأكاديمية والإجراءات والمصادر المتاحة ومساعدته وفقا لحاجاته الأكاديمية في اختيار التخصص وبرامج الدراسة ومتابعة تنفيذها. حيث تعد استجابة موضوعية لمواجهة متغيرات انسانية واجتماعية واقتصادية في صلب النظام وفلسفته التربوية. علاوة على كونها تستجيب لحاجات الدارس لتحقيق متطلبات الذات الإنسانية في الإبداع والتميز. (كلية الزراعة. ٢٠١٠. ص ٢)

ومن خلال ما سبق فإن المرافقة البيداغوجية تنطلق من حاجات الطالب الارشادية في الجوانب النفسية والاجتماعية والاكاديمية والمهنية خاصة في الفترات التي يكون فيها الطالب أكثر إحتياجا للمرافقة مثل بداية المسار الاكاديمي أو في أثناء اختيار التخصص أو المهنة. كما يحتاج بعض الطلاب الذين يعانون من مشكلات نفسية أو اجتماعية إلى مثل هذه المرافقة الخاصة.

٢-٢-١ نظام المرافقة البيداغوجية في الجامعة الجزائرية:

تعرف المرافقة البيداغوجية في الجامعة الجزائرية على أنها: "مجموعة من الخدمات التربوية تعمل على الجوانب النفسية والأكاديمية والاجتماعية والمهنية لدى الطالب بحيث تهدف إلى مساعدته على فهم نفسه وقدراته وإمكاناته الذاتية والبيئية واستغلالها في تحقيق أهدافه بما يتفق مع هذه الإمكانيات". (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. ٢٠١١. ص ١).

وتعرف المرافقة البيداغوجية على أنها: مجموعة من الخدمات التربوية تعمل على إمداد الطالب بالعون والمتابعة الدائمة بهدف تمكينه من الاندماج في الحياة الجامعية وتسهيل حصوله على المعلومات حول عالم الشغل (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٧).

وجاءت المرافقة البيداغوجية في القانون الجزائري تحت مسمى الإشراف. حيث حدد مهمة الإشراف في الاهتمام ومراعاة جوانب عديدة ترتبط بحياة الطالب الفردية والجماعية سواء داخل الجامعة في قاعات الدرس أو المخابر أو الخرجات العلمية. أو خارجها في المحيط الاجتماعي والمهني. وجاء ذكر الإشراف في القانون المتضمن القانون التوجيهي للتعليم العالي. حيث جاء في المادة 52 تمارس مهام سلك أساتذة التعليم العالي أساسا في الميادين التي من



بينها: التأطير والإشراف والتوجيه ومراقبة وتقييم معارف الطلاب وكذا تقييم المؤطرين. (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٨. ص ٤٢).

وعرف المشرع الجزائري الإشراف بأنه: متابعة ومرافقة دائمة للطالب بهدف تمكينه من الاندماج في الحياة الجامعية وتسهيل حصوله على المعلومات حول عالم الشغل. وقد حدد الإشراف في الجوانب التالية:

- الجانب الإعلامي والإداري: يأخذ شكل الاستقبال والتوجيه والوساطة.
 - الجانب البيداغوجي: يأخذ شكل المرافقة في التعلم وتنظيم العمل الشخصي للطلاب ومساعدته في بنام مساره التكويني.
 - الجانب المنهجي: يأخذ شكل تلقين مناهج العمل الجامعي بصفة فردية وجماعية.
 - الجانب التقني: يأخذ شكل التوجيه في استعمال الأدوات والدعائم البيداغوجية.
 - الجانب النفسي: يأخذ شكل تحفيز الطالب وحثه على متابعة مساره التكويني.
- (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٧).

أما من يقوم على الإشراف فيمكن لأي أستاذ أن يقوم بهذه المهمة. كما يمكن دعوة المسجلين لنيل شهادة الماستر أو الدكتوراه في المؤسسة عند الحاجة للقيام بمهمة الإشراف تحت مسؤولية أستاذ باحث مكلف بالإشراف هذه العملية باقتراح فريق ميدان التكوين قائمة من المرشحين يعرضها على عميد الكلية أو مدير المعهد. (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٧).

لقد حدد المشرع الجزائري تشكيل لجنة الإشراف حيث تحدث لجنة لدى كل مؤسسة جامعية تدعى لجنة الإشراف وترفع تقريرا إلى الوزير المكلف بالتعليم العالي ويجب أن يتضمن هذا التقرير على الخصوص تقييم الموارد المسخرة والنتائج المتحصل عليها "وذلك لإرساء الممارسات البيداغوجية الحسنة وتعميمها كما نصت ذات المادة على أن تحديد تشكيلة اللجنة وسيرها يتم بقرار من الوزير المكلف بالتعليم العالي. (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٨).

وجاء القرار 713 المؤرخ في 03 نوفمبر 2011 الذي يحدد تشكيلة لجنة الإشراف وسيرها الصادر عن وزارة التعليم العالي والبحث العلمي (٢٠١١). حيث نصت المادة الثانية منه أن لجنة الإشراف تتشكل من:

- مدير المؤسسة.



- من نائب المدير المكلف بالبيداغوجية و مدير الدراسات المكلف بالبيداغوجية.
- من أساتذة باحثين يترك تعيينهم لتقدير مدير المؤسسة.
- ونصت المادة الرابعة من القرار إن رئاسة هذه اللجنة تكون من مدير المؤسسة ويعين نائب للرئيس ومقرر للجنة. أما عن وظائف هذه اللجنة فهي تشمل تنظيم الإشراف على مستوى المؤسسة وتسهر على السير الحسن للنشاطات بالمرتبطة بتطبيق الأحكام التنظيمية المتعلقة بالإشراف. (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٨).
- إن نجاح عملية الإشراف وتحقيق أهدافها مرهون بتوفير المتطلبات اللازمة لسير هذه العملية بين المشرف والطالب ولقد أشار المشرع الجزائري إلى هذا الجانب في المادة السابعة من المرسوم التنفيذي 03-09 والتي نصت على:
- تضع المؤسسة تحت تصرف المشرف وسائل ضمان مهمته وتقديم له على الخصوص:
- فضاء ملائم للاتصال بالطالب.
 - النصوص التنظيمية التي تنظم السير البيداغوجي والإدارة للمؤسسة.
 - كل معلومة مفيدة حول المحي الاجتماعي والاقتصادي لتوجيه الطالب في اختياراته في مساره التكويني وفي مشروعه المهني. (الجمهورية الجزائرية. ٢٠٠٩. ص ٢٨).
- ١-٢-٣ الدراسات السابقة**
- هناك عديد الدراسات التي تناولت المرافقة البيداغوجية في النظام الجزائري حيث أجريت دراسة بسيكر وسناني (٢٠١٩) على عينة شملت ٣٧ أستاذا وقد توصلت إلى أنه لا بد من آليات جديدة لتطوير المرافقة البيداغوجية أهمها لا بد من برمجة حصص المرافقة البيداغوجية مثلها مثل حصص الاعمال الموجهة لكي يشعر الطالب بأهميتها.
- وخلصت دراسة مرزاق وعون ولهزيل (٢٠١٩) في جامعة الجلفة انه من أجل تحقيق المرافقة البيداغوجية يجب تنظيمها وضبطها أكثر. سواء من حيث إدارتها أو فهمها من طرف الأستاذ. أو من حيث تجاوب الطلاب معها. وإلزامية حضور الطلاب وفهمها. وضرورة إجراء أيام دراسية مفتوحة للأساتذة و الرفع من الحافز المادي الذي يتلقاه الأستاذ المشرف.



وتوصلت دراسة قادري وبن نابي (٢٠١٧) إلى أنه لا يوجد فرق دال إحصائيا في استجابة طلاب ل.م.د نحو جودة التكوين الجامعي في ضوء المرافقة البيداغوجية للطلاب الجامعي يعزى لمتغير المستوى الدراسي أو متغير التخصص.

وتوصلت دراسة سحنون وبن زروال (٢٠١٦) إلى أن تحقيق فعالية نظام ل م د على أرض الواقع ينبغي توفير الإرادة السياسية والتي بدورها تعمل على خلق المناخ الملائم لذلك. من خلال توفير الإمكانيات المادية والأطر القانونية الكفيلة لتنظيم سير العملية التعليمية وتكريس الاهتمام بالأستاذ. باعتباره العنصر المنفذ للإصلاح الذي انتهجته الجامعة؛ فهو المرافق الذي أسند إليه التكفل بالطلاب من مختلف الجوانب العملية والمعرفية والبيداغوجية والنفسية. وذلك لموصول بهذا الأخير إلى تحقيق أهداف مشروعه التكويني والمهني. وعليه فإن تهيئة هذا الأستاذ لمهام المرافقة بالتدريب أضحت أكثر من ضرورة. ولتحقيق ذلك ينبغي انتهاج سياسة تكوينية مبنية على أسس علمية تأخذ بعين الاعتبار الاحتياجات التدريبية المتعلقة بمهامه كمرافق.

٢- الإجراءات المنهجية:

من أجل الإجابة على التساؤل المطروح قمنا بدراسة الحاجات الارشادية لطلاب السنة الأولى جامعي حيث نستخدم المنهج الوصفي الاستكشافي الذي يساعدنا على استخراج هذه الحاجيات ولذا اخترنا عينة من طلاب السنة الأولى جذع مشترك علوم اجتماعية من جامعة الوادي بالجزائر الذي بلغ عددهم ٥٣٨ للموسم الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠. حيث أعدنا استبياننا حول الحاجات الارشادية للطلاب في السنة الأولى يحتوى على سؤال مفتوح حول الحاجات التي تظهر له عند انتقاله إلى الجامعة والتي يحتاج من يساعده ويرشده ويوجهه فيها. فاستهدفنا عينة بطريقة قصدية من خلال توزيع الاستبيان على كل الطلاب الحاضرين زمن إجراء الدراسة. حيث بلغ عددهم ٢٥٦. منهم ٦٢ طالب و ١٩٤ طالبة.

قمنا بتحليل الاستثمارات من خلال استخراج كل الحاجات التي وردت في استجابات العينة ولقد ركزنا في تصنفنا لهذه الحاجات على الأفكار وليس على العبارات. وقمنا بحساب التكرارات والنسب المئوية لهذه الحاجات.

٣- عرض وتحليل النتائج

بعد جمع البيانات وتبويبها وتصنيفها ودمج العبارات المتقاربة. أحصينا ٣٢ حاجة معبر عنها من طرف أفراد العينة الأساسية البالغ عددهم ٢٥٦ طالبا. وبعد حساب تكرارات كل حاجة والنسبة المئوية لها. توصلنا إلى أن أكثر حاجة معبر عنها هي



المساعدة على اختيار التخصص والتي تعني معرفة مختلف المسارات الدراسية والمألات المهنية. ومعايير التوجيه وكيفية استغلالها للوصول إلى أفضل تخصص مناسب. حيث عبر ١٣٨ طالبا عن هذه الحاجة بما نسبته 53.91% من مجموع أفراد العينة. في حين جاءت حاجة استعمال الجدول الزمني للدراسة وكيفية الالتزام بالحضور في المحاضرات والاعمال الموجهة واستغلال الفراغات في القيام بالواجبات بنسبة 41.41%. أما كيفية التعامل مع المراجع وتوفيرها سواء كانت ورقيا أو إلكترونيا وكذا الاشتراك في المكتبة واستعارة الكتب وفق النظام المعمول به في الكلية والجامعة فقد نسبة 34.38%. وتأتي في الرتبة الرابعة بنسبة 33.59% الحاجة إلى تعلم استعمال الانترنت من خلال استعمال الروابط التي يتيحها موقع الجامعة كمنصة الدروس على الخط وفهرس المكتبة المركزية بالإضافة إلى الاطلاع على النتائج الدراسية والاعلانات المختلفة. وكذلك استعمال الانترنت للاتصال وارسال الواجبات والاستفادة من المواقع المتنوعة وقواعد البيانات المتاحة بما يساعده على التعلم الذاتي.

إن معرفة نظام الدراسة المعمول به في الجامعة المختلف تماما عن الثانوية كتقسيم الدراسة إلى محاضرات بأعداد كبيرة داخل مدرجات وأعمال موجهة في قاعات وأخرى تطبيقية في المخابر البيداغوجية بأعداد أقل جعلت ٧٥ طالبا يعبر عن حاجته لمعرفة هذا النظام بما نسبته 29.30% أما بعد المسافة والحاجة إلى النقل وتقادي التأخر والغيات عن المحاضرات فقد جاءت بنسبة 28.52%. كما كانت الحاجة إلى الأمن والنظافة الصحية من الحاجيات المهمة حيث عبر عن ذلك عدد من الطلاب قدر ب٧٣ بما نسبته 28.52% أيضا تلتها الحاجة إلى التعرف على الأساليب الملائمة للتعامل مع الأساتذة أثناء التدريس أو خارج قاعات الدراسة كما في حالات الاشراف على الأعمال المكلمة للتدريس بنسبة بلغت 25.78% تلتها الحاجة إلى التعرف على نظام التقويم والتنقيط الذي يولي له الطلاب أهمية معتبرة باعتباره السبيل إلى تحقيق النجاح والتقدم في المسار الدراسي وقد عبر عن ذلك ٦٥ طالبا بما نسبته 25.39% أما الحاجة إلى التعامل مع الادارة فلم يكن أقل أهمية من سابقتها من حيث التعرف على الأفواج والمقاييس وأسائذتها وكذا معرفة رزنامة الامتحانات وغيرها من الأنشطة العلمية والثقافية وغيرها فقد كانت بنسبة 24.22%. والجدول (١) في الملحق يلخص أهم الحاجات التي عبرت عنها عينة الدراسة.

٤ - مناقشة النتائج



من خلال النتائج نلاحظ أن هناك حاجات كثيرة ومتعددة وتتفاوت حسب الزمن فقد يحتاج نفس الفرد للتوجيه والارشاد في مجالات معينة في بعض الفترات ولا يحتاجها في فترات أخرى. وهي متفاوتة عند الأفراد فمنها ما هو عام يشترك فيه أغلب الطلاب ومنها ما هو خاص تتميز به فئة من الطلاب دون غيرها أما التي لاقت انتشارا واسعا بين الطلاب وعلى رأسها الحاجات المتعلقة بالمجال الدراسي تأتي الحاجة إلى المساعدة في عملية التوجيه في اختيار التخصصات المناسبة في مقدمة هذا المجال تليها الحاجة إلى كيفية استعمال والتعامل مع التوزيع الزمني للدراسة تليها الحاجة إلى كيفية البحث توفير المراجع والتعامل معا تليها الحاجة إلى استعمال الانترنت والاستفادة من خدماته المتعددة في التعلم والبحث تليها الحاجة إلى معرفة نظام الدراسة (المحاضرات والأعمال الموجهة والتطبيقية). ويعود ذلك إلى أن هذه الحاجات عامة تشترك في أنها مرتبطة بال مسار الدراسي للطلاب وتحقيق النجاح والتوافق معها والتي تعتبر الهدف الأساسي لكل طالب في الجامعة. ويظهر ذلك بسبب الانتقال من الثانوية إلى البيئة الجامعية الجديدة. والتي تستدعي اطلاع واسع ومعرفة بمعايير الاختيار في التخصصات.

لذلك جاءت الحاجة إلى المساعدة في عملية التوجيه من الحاجات الأكثر شيوعا بين الطلاب باعتبار أنها عملية محورية ومصيرية في حياة الطالب الجامعة والتي من خلالها يتم تحديد مصيره الدراسي والمهني لاحقا. وتأتي أهمية ذلك من خلال المعرفة التقريرية والتي بمقتضاها يتعرف الطالب على المسارات المختلفة للطلاب الجامعي. والتخصصات المناسبة والآفاق المهنية لكل تخصص والمساعدة على التوافق مع التخصصات المتاحة. كما تظهر أهميتها أيضا من المعرفة الاجرائية والتي تتمثل في مهارة اتخاذ القرار في اختيار التخصص وكيفية التعامل مع المعايير المختلفة وتحقيق التوازن بينها بما يزيد من فرص النجاح في التخصص المختار. وكذا التعامل مع التخصصات في ظل عدم توفر بعضها في الجامعة الأصلية للطلاب وصعوبة الالتحاق بالتخصصات المرغوب فيها. مما يضطر الطالب إلى البحث عن المساعدة اللازمة للتوافق والتكيف مع التخصصات البديلة والتي لا يرغب فيها كثيرا.

وانتشار الحاجات في المجال الدراسي عند أغلب الطلاب يعتبر طبيعيا نظرا للاختلاف الكبير بين النظام الدراسي في الثانوي والذي يعتمد أساسا على التربية والتعليم والنظام الدراسي في الجامعة والذي يعتمد على التعليم العالي المعمق والبحث العلمي وذلك من خلال العمل الشخصي وانجاز البحوث عن طريق البحث في المراجع واستعمال الانترنت للبحث والتعليم. إلى جانب الاختلاف في نظام التدريس وتنوعه على



شكل حصص خاصة بالمحاضرات تتم داخل المدرجات وأخرى خاصة بالأعمال الموجهة والتطبيقية تتم في قاعات التدريس و المختبرات العلمية. والتي تحتاج المتابعة والاهتمام لاستيعاب الدروس سواء في المحاضرات أو الأعمال الموجهة أو البحوث والعروض المقدمة.

أما الحاجات المتعلقة بالمجال البيئي المادي. فتأتي الحاجة إلى الاطمئنان على توفر النقل الجامعي والتعرف على مواعيده ومحطاته بين الجامعة والاقامات المختلفة سواء كانت جامعية أو منزلية. والحاجة إلى الأمن بشتى صورته وخاصة الأمن على النفس داخل الحرم الجامعي وأثناء التنقل في الحافلات وداخل الاقامات الجامعية. بالإضافة حاجة النظافة والصحة في جميع المرافق الجامعية خاصة في المطاعم والاقامات الجامعية.

في حين تأتي الحاجات المتعلقة بمجال التواصل والعلاقات الاجتماعية في الوسط الجامعي وخاصة ما تعلق بالتعامل مع الأساتذة سواء أثناء المحاضرات أو الأعمال الموجهة والتطبيقية والتعرف على كيفية التعامل مع أسلوب وطرائق التدريس المتبعة من أجل التحصيل الجيد أو خلال عملية الاشراف على أعمال الطلاب من بحوث.

ولا تنفصل كثيرا حاجة الطلاب إلى التعرف على عملية التقويم والتنقيط عن الحاجة إلى التعامل مع الاساتذة. حيث يظهر ذلك من شغف الطالب إلى التعرف على عملية التقويم ومعايير التنقيط سواء في المحاضرات أو الأعمال الموجهة. وفي ذات المجال تأتي الحاجة إلى كيفية التعامل مع الادارة بكل فروعها وخاصة ما تعلق بمصلحة شؤون الطلاب سواء على مستوى القسم أو الكلية أو الجامعة إذا تطلب الأمر ذلك. ويكون ذلك من خلال حاجة الطالب لتبرير غيابه أو المثول أمام مجالس التأديب أو المشاركة في اللجان البيداغوجية التي تشرف عليها الادارة أو لاستخراج الوثائق التي يحتاجها الطالب كشهادات التسجيل أو كشوف النقاط.

أما الحاجات المرتبطة بإنجاز الأعمال على شكل بحوث فصلية تقدم أثناء حصص الأعمال الموجهة فهي منتشرة عند بعض الطلاب. وذلك لأن إعداد البحوث سواء من ناحية المضمون أو من ناحية الشكل أو جمع وتوظيف المراجع كمهارة جديدة تتطلب الاكتساب وكذلك مهارة تعاون الطلاب فيما بينهم وهي طريقة مختلفة لم يتعودوا عليها من قبل ومن الطبيعي الحاجة إلى تعلمها. وبعد الاعداد يأتي هاجس تقديم البحوث أمام زملائه وهي من المهارات المهمة التي يجب على الطلاب إتقانها في هذه المرحلة.



وقد يحتاج بعض الطلاب إلى التشجيع والتحفيز حتى يتمكن من اكتساب المهارات التي تتطلبها الدراسة الجامعية من أجل التحصيل الجيد من خلال المثابرة وبذل الجهد في إنجاز البحوث والواجبات والمذاكرة وهذا ما يحقق ويقوي الدافعية التي تعتبر من الشروط الأساسية للتعلم.

ورغم قلة انتشار الحاجة لتجاوز المشكلات الدراسية والنفسية إلا أنه لا بد من مراعاتها وتحتاج إلى المرافقة النفسية قد تستدعي الاحالة على الاختصاصيين. ويأتي الاهتمام بها نظرا لخصوصيتها وشدتها وليس لمدى انتشارها.

هذه الحاجات الكثيرة والمتعددة وجدت سبيلا للتكفل بها من خلال إقرار نظام للمرافقة البيداغوجية في النظام التعليمي الجامعي في الجزائر تحت مسمى قانون الإشراف حيث كلف أساتذة للقيام بهذه المهمة حسب ما هو منصوص عليه. لكن من خلال استعراضنا للقانون نجده يركز فقط على طلاب السنة أولى مما يجعله لا يغطي الحاجات المستمرة لا سيما التوجيه والمساعدة في اتخاذ القرار في اختيار التخصصات حتى في السنوات الثانية والثالثة. وكذلك نظام التقويم وطريقة حساب المعدل والأرصدة والانتقال الى السنة المالية أو الاستدراك لا يحس الطالب بالحاجة لمن يشرح له ذلك إلا في نهاية السنة حيث ينتهي دور المشرف قانونا.

كذلك الوقت والمكان المخصص للإرشاد غير محدد فلم تستعمل فيه كحصة ضمن الحصص تقدم في قاعات الدرس. أما ترك المجال لحرية الطالب في حالة وجود فضاء خاص فقد لا يحسن كثير من الطلاب التعبير عن حاجاتهم. ولا يسمح هذا النظام الانطلاق من المرشد وهو نقص كبير فيه.

بالإضافة أن المكلفين بالإشراف التربوي والمرافقة البيداغوجية هم أساتذة التخصصات والمواد الدراسية وهم غير مكونين على مثل هذا العمل المتخصص ولم يستفيدوا من تكوين خاص في التوجيه والإرشاد التربوي على الأقل.

ورغم النقائص الموجودة في القانون. إلا أنه كفيلا بتغطية الكثير من الحاجات لكن مع هذا تظهر العديد من المشكلات والعقبات والصعوبات عند محاولة تطبيق هذا القانون منها ما هو مرتبط بالأستاذ من خلال الواقع المعاش في الجامعة نجد أن وظيفة المرافقة البيداغوجية للطالب عند الأستاذ تبدو من آخر اهتماماته لأنهم غير متعودين على ذلك. وكونها آلية غير متعارف عندهم وهذا يدخل في إطار الاتجاهات السلبية لبعض الأساتذة اتجاه هذا الموضوع واعتقاد بعضهم أن المرافقة غير مهمة للطالب في مستوى عال مثل



الجامعة. لأنه يملك المهارات اللازمة لحل مشاكله بنفسه. هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن عامل تكوين الأساتذة في ميدان المرافقة يكاد يكون معدوم في الواقع.

وهناك صعوبات مرتبطة بالإدارة يأتي في مقدمتها ضعف الاهتمام بهذا الموضوع نظرا لكثرة المهام الإدارية في الإدارة الجامعية وتداخلها وتعقدها مما يجعل توجيه الاهتمام أكثر ببرمجة الجدول الزمني للتدريس وحل مشاكل الطلاب في جانب التقويم وتحديد الانتقال وغيرها. ثم يأتي عامل النقص الفادح للهياكل البيداغوجية التي تكاد الإدارة لا تستطيع توفيرها للمحاضرات والتطبيقات. مما يصعب عنها توفير قاعات مخصصة لهذا الغرض. وكذا العرف العام السلبي السائد عند الإداريين عموما وعدم قناعاتهم بأهمية موضوع المرافقة. وضعف لجنة الاشراف وعدم تفعيل دورها المنوط بها. وتركيز اهتمامها على الجوانب الإدارية الصرفة وهذا ما جاء في دراسة مرزاق وعون ولهزيل (٢٠١٩). وصعوبات مرتبطة بالطلاب منها نقص المعلومات الكافية عند الطلاب وشحها حول موضوع المرافقة ونظامه بسبب اهتمامهم أكثر بمواضيع أخرى مثل الحصول على العلامات الجيدة. فتؤكد دراسة جعني وأبي ميلود (٢٠١٨) على تنظيم الجدول الزمني المناسب والقيام بواجبات البحوث في الأعمال الموجهة. وعدم شعورهم بحاجاتهم الإرشادية والتوجيهية واعتبار بعضهم أنه موضوع بسيط ولا يدخل ضمن الحاجات الرئيسية التي يجب التركيز عليها. وكذلك عدم قدرتهم على طلب التوجيه والارشاد من الأساتذة أو الإداريين. وإذا تم ذلك فيكون بغير جدية واهتمام.

وقسمت دراسة زروالي (٢٠٢٠) المعوقات إلى تنظيمية وخاصة بالطالب وأخرى بالأستاذ المرافق فوجد أن مجال المعوقات التنظيمية جاء في المرتبة الأولى وبدرجة عالية. يليه مجال المعوقات الخاصة بالطالب في المرتبة الثانية وبدرجة عالية أيضا. وفي المرتبة الثالثة والأخيرة مجال المعوقات الخاصة بالمرافق البيداغوجي وبدرجة متوسطة.

٥- خلاصة

من خلال نتائج الدراسة فإن الحاجات الإرشادية للطلاب متعددة وكثيرة ومتفاوتة في الانتشار يأتي على رأسها مجال التوجيه واختيار التخصص يليه المجال الدراسي ثم مجال البيئة المحيطة ومجال العلاقات مع الإدارة والاستاذ والزملاء وكذلك بعض الحاجات الخاصة التي تتعلق بعدد قليل من الطلاب. حيث يدخل في كل مجال العديد من الحاجات.



وأن القانون الجزائري قد أقر استجابة لهذه الحاجات نظام المرافقة البيداغوجية تحت مسمى الاشراف بتكليف أساتذة مرافقين يشرفون على طلاب السنة الأولى جامعي وتهيئة الظروف واثاحة الامكانيات المناسبة لممارسة ذلك. وهو يستجيب إلى حد ما إلى هذه الحاجات ونظرا لوجود صعوبات تعيق تطبيق هذا النظام منها ما تعلق بالطلاب أنفسهم وأخرى مرتبطة بالأستاذ والإدارة. نقترح تطوير نظام المرافقة البيداغوجية وتعميمه في كل المستويات الدراسية. حتى يلبي أكبر قدر ممكن من الحاجات الارشادية للطلاب. وأن تهيء له الإمكانيات المناسبة والضرورية حتي يحقق هذا النظام أهدافه.

المراجع

- أبي ميلود. عبد الفتاح وجعني. أسماء (٢٠١٨). معوقات المرافقة البيداغوجية لطلاب السنة الأولى جامعي من وجهة نظر عينة من الطلاب . مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية. العدد ٣٣. ٦٣٩- ٦٥٢
- بسيكر. مريم وسناني. عبد الناصر (٢٠١٩). آليات تطوير المرافقة البيداغوجية في الجامعات الجزائرية -دراسة ميدانية مِّن وجهة نظر الأساتذة بقسم علم النفس بجامعة عنابة. مجلة أنسنة للبحوث والدراسات. المجلد ١٠ (٠١). ١١١- ١٢٤
- بعلي. زهية وبريشي. مريامة (٢٠١٣). المرافقة البيداغوجية من وجهة نظر الطلبة والأساتذة الواقع والتطلعات. مداخلة بالملتقى حول اشكالية التقويم وأساليبه في منظومة التعليم الجامعي في ظل نظام ل.م.د.
- بيبى. مرزاق وعون. علي. لهزيل. محمد (٢٠١٩). معوقات فشل تجربة المرافقة البيداغوجية في الجامعة الجزائرية من وجهة نظر أساتذة جامعة الجلفة. مجلة العلوم الانسانية. المجلد ٣٠. العدد (٠٢). ٥٩- ٦٩
- حلاب. خضرة و مام. عواطف (٢٠١٩). الصعوبات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس في تطبيق المرافقة البيداغوجية دراسة ميدانية بجامعة المسيلة – نموذجا. مجلة أنسنة للبحوث والدراسات. ١٠ (٠١). ٧٧- ٩٠
- الحفاشي. سعيد بن أحمد (٢٠٠٩). الدليل الإجرائي للإرشاد الأكاديمي في التعليم الجامعي. السعودية : الإدارة العامة للمناهج.
- الجمهورية الجزائرية (٢٠٠٩). مرسوم تنفيذي رقم ٠٩-٠٣ مؤرخ في ٦ محرم عام ١٤٣٠ الموافق ٣ يناير سنة ٢٠٠٩ يوضح مهمة الإشراف ويحدد كفايات تنفيذها. الجريدة الرسمية. العدد ١.



- الجمهورية الجزائرية (٢٠٠٨). قانون رقم 08 - 06 مؤرخ في 16 صفر عام 1429 هـ الموافق 23 فبراير سنة 2008 م يعدل ويتم القانون رقم 99 - 05 المؤرخ في 18 ذي الحجة عام 1419 هـ الموافق 4 أبريل سنة 1999. الجريدة الرسمية. العدد ١٠.
- زروالي. وسيلة (٢٠٢٠). معوقات ممارسة المرافقة البيداغوجية بجامعة أم البواقي من وجهة نظر الأساتذة فيها. مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية. المجلد ١٢ (٠٣). 210-195.
- سحنون. عبد الرزاق وبن زروال. فتيحة (٢٠١٦). المرافقة البيداغوجية كشكل للإرشاد الأكاديمي في الجامعة برنامج تدريبي مقترح لتدريب أساتذة الجامعة على المرافقة البيداغوجية. مجلة دفاتر. العدد ١٢. بسكرة. الجزائر.
- سيدي عابد. عبد القادر (٢٠١٨). تطبيق المرافقة البيداغوجية و علاقتها بجودة التكوين في نظام ل.م.د (دراسة ميدانية بجامعة الشلف). مجلة دراسات في التنمية والمجتمع. العدد ١٠. جوان. ٢٧٢ - ٢٨٤.
- قادري. حليلة وبن نابي. نصيرة (٢٠١٧). إشكالية جودة التكوين في نظام ل.م.د من خلال تطبيق المرافقة البيداغوجية للطالب الجامعي. مجلة علوم الانسان والمجتمع. العدد ٢٣. جوان. ٣٥٧ - ٣٨٦.
- يحي. أحلام (٢٠١٩). اتجاهات اعضاء هيئة التدريس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة نحو المرافقة البيداغوجية. مجلة أنسنة للبحوث والدراسات. ١٠. (٠١). ٢٨ - ٤٢.
- وزارة التعليم العالي والبحث العلمي (٢٠١١). الدليل العملي لتطبيق ومتابعة نظام ل م
- كلية الزراعة (٢٠١١). دليل الإرشاد الأكاديمي. مصر: جامعة بنها.
- وزارة التعليم العالي والبحث العلمي (٢٠١١). القرار رقم 713 المؤرخ في 03 نوفمبر 2011 يحدد تشكيلة لجنة الاشراف وسيرها

ملحق

جدول (١)

ترتيب الحاجات الارشادية لطلاب سنة أولى جامعي حسب التكرارات والنسب المئوية

الرقم	الحاجيات الارشادية	التكرارات	النسبة
1	المساعدة على اختيار التخصص	138	53.91%
2	استعمال الجدول الزمني	106	41.41%
3	توفير والتعامل مع المراجع	88	34.38%



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠) المحور الخامس

4	استعمال الانترنت	86	33.59%
5	معرفة نظام الدراسة (المحاضرات والأعمال الموجهة)	75	29.30%
6	النقل وبعد المسافة	73	28.52%
7	الحاجة للأمن والنظافة والصحة	73	28.52%
8	أساليب التعامل مع الأساتذة	66	25.78%
9	معرفة نظام التقويم والتنقيط	65	25.39%
10	التعامل مع الإدارة	62	24.22%
11	التكيف مع الخدمات الجامعية (الإيواء والاطعام)	59	23.05%
12	التعامل مع أسلوب وطريقة التدريس	50	19.53%
13	مهارات تقديم البحوث	47	18.36%
14	الحاجة إلى التشجيع والتحفيز	47	18.36%
15	مهارات إعداد البحوث	45	17.58%
16	مهارات التعاون بين الطلاب	41	16.02%
17	مهارات المذاكرة	41	16.02%
18	التعامل الظروف المادية الصعبة	41	16.02%
19	العمل على الوصول إلى حقوق الطالب	40	15.63%
20	المساعدة على التوافق مع التخصصات المتاحة	35	13.67%
21	متابعة واستيعاب الدروس	31	12.11%
22	معرفة المقاييس	30	11.72%
23	تهيئة الظروف الدراسية	30	11.72%
24	مهارات التعامل مع المشكلات النفسية	25	9.77%
25	استغلال الأنشطة الثقافية	24	9.38%
26	مهارات التعامل المشكلات الدراسية	22	8.59%
27	الحاجة إلى الابتكار والإبداع	20	7.81%
28	توفير الوسائل الضرورية للتعليم	18	7.03%
29	مهارات إدارة الوقت	14	5.47%
30	التوافق بين الدراسة والأعمال الأخرى	14	5.47%
31	استغلال الأنشطة العلمية	10	3.91%
32	دور الطالب الجامعي	4	1.56%

المصدر: من إعداد الباحثين من خلال النتائج المتحصل عليها.

دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين
الجزائريين.

دراسة ميدانية على فرق البطولة الجهوية التابعة للرابطة الجهوية سعيدة الجزائر

الدكتور هوار عبد اللطيف

كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية
جامعة غرداية. مخبر تقويم النشاطات
البدنية والرياضية (LABOPAPS)

abdou_houar@yahoo.fr

الباحث غالي بن هدية

جامعة عبد الحميد بن باديس
مستغانم معهد التربية البدنية
والرياضية مخبر تقويم النشاطات
البدنية والرياضية

(LABOPAPS)



الاستاذ الدكتور بن قوة علي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية مخبر
تقويم النشاطات البدنية والرياضية
(LABOPAPS)
bengoua67@yahoo.fr

الكلمات المفتاحية: – دافعية الانجاز الرياضي – دافع إنجاز النجاح – دافع تجنب الفشل – الطالب الجامعي

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الى محاولة التعرف على مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين . و تم استخدام المنهج الوصفي بحيث تكونت عينة البحث من ٣٧ لاعب للكرة الطائرة الجامعي للرابطة الجهوية لولاية سعيدة الجزائر كمجتمع للبحث. و تم الاعتماد على أداة البحث المتمثلة في مقياس دافعية الانجاز الرياضي و المتمثل في دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل الذي أعد صورته العربية محمد حسن علاوي و الموجه للاعبين كأداة رئيسية للدراسة. وتم توزيعه على شكل استبيان إلكتروني عن طريق الايمائلات و الواتساب و الفيس بوك و ذلك بسبب توقف البطولات بسبب جائحة كورونا. و بعد المعالجات الاحصائية بينت نتائج الدراسة أن مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

Sport achievement motivation among volleyball players from the viewpoint of Algerian university students A field study on the regional championship teams of Saida Algeria Study

The study aimed to try to identify the level of motivation for sports achievement of volleyball players from the viewpoint of Algerian university students The descriptive approach was used so that the research sample consisted of 37 volleyball players for the regional association of the Saida governorate of Algeria as a



research community. and the research tool represented in the measurement of the sport achievement motivation represented in the motive for achieving success and the motive for avoiding failure which was prepared in its Arab image by Mohamed Hassan Allawi. it is directed to the players as a main tool for the study. and was distributed in the form of an electronic questionnaire via emails. WhatsApp and Facebook. due to the stoppage of tournaments due to the Corona pandemic. and after the statistical treatments. the results of the study showed that the level of motivation for sports achievement is high among volleyball players from the viewpoint of Algerian university students

Search terms Sport achievement motivation - Motivation for achieving success - Motivation for avoiding failure – university student.

مقدمة البحث

يتميز العصر الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية و القلق. الامر الذي يتطلب منا الاهتمام بمواجهة العوامل المسببة لها . و التصدي لها لمساعدة الفرد على التكيف مع الواقع الذي يعيش فيه . ووصولاً به الى الصحة النفسية السليمة. (الحفيظ ٢٠٠٢، الصفحة ٩) و يذكر رمضان ياسين ان علم النفس في المجال الرياضي يهتم بالجوانب النفسية و الاجتماعية و التربوية المؤثرة في السلوك الرياضي. حيث يسعى هذا العلم الى تحقيق مستوى متميز و عال من التوافق في الاداء و المتميز في العطاء الرياضي. و تنبع اهمية دراسة علم النفس الرياضي من خلال فهم السلوك و خبرة الفرد تحت تأثير النشاط الرياضي بأشكاله المتعددة. و على الاستفادة من المعلومات و الخبرات المكتسبة في الممارسة العملية لهذه الانشطة مع الاستفادة بطبيعة الحال من خبرات السابقين في هذا المجال و افكارهم (ياسين الاردن) و ان أغلب المدربين و اللاعبين يتعرضون الى الضغوط النفسية أثناء التدريب و المنافسات و يشير عبد الحفيظ في هذا الصدد ان اللاعبين و المدربين نظرا لتعرضهم للعديد من الضغوط النفسية الشديدة و مواقف الاستثارة العالية التي ترتبط بالتدريب او المنافسات و التي قد تؤدي في الحالات الشديدة



الى انسحابهم من الرياضة بل و تدميرهم نفسيا و يحدث ذلك فقط في حالة عدم توجيههم و ارشادهم لكيفية مواجهة تلك الضغوط مما يجعلهم يستجيبون لها بشكل سلبي (الحفيظ ٢٠٠٢. الصفحة ٩)

و تعتبر الدافعية هي المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد و دفعه الى الانجاز و العمل و المثابرة و الرغبة في النجاح . و ترتبط ارتباطا وثيقا بين المدرب و اللاعب و يذكر اسامة راتب ان الشخص ذا دافع الانجاز العالي لديه دافع قوي لتوليد الطاقة بهدف تحقيق التفوق . تحقيق التقدم . تحسين الانجاز السابق . هزيمة المنافس . الحرص على تحقيق الاداء الافضل و الاسرع و لديهم مقدرة جيدة على ايجاد الحلول السريعة للمشكلات الصعبة . انهم يتميزون بالثقة بالنفس . و لديهم مسئولية شخصية كبيرة لإنجاز الاعمال التي يكلفون بها . كما انهم يستطيعون التحكم فيما يحدث لديهم . انهم يقترحون أهدافا يمكن تحقيقها و لا يشعرون بالرضا بالنجاح المعتاد الذي يأتي من الاهداف السهلة و في نفس الوقت يبذلون الجهد لعمل اشياء غير واقعية . يشعرون بالفخر لإنجازاتهم و يحصلون على السعادة من الكفاح لإنجاز الاهداف الشخصية التي يقترحونها (راتب ٢٠٠٥. الصفحة ٢٥٣).

و تعتبر رياضة الكرة الطائرة من الالعاب الجماعية الراقية التي تمارس في المقابلات الدولية و الاولمبية و الوطنية و تتسم هذه اللعبة بالإثارة و الحيوية و يوم بعد يوم يزداد مستواها من حيث الاداء ولهذا ارتأينا ان نتكلم عن دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين و من خلال كل هذه المعطيات نطرح .

التساؤل العام

هل مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفعة لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

و تتمثل الاسئلة الفرعية

هل بعد دافع إنجاز النجاح مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

هل بعد دافع تجنب الفشل مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

و تتمثل فرضيات البحث



يعتبر مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

يعتبر بعد دافع إنجاز النجاح مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

يعتبر بعد دافع تجنب الفشل مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

و يهدف البحث الى

التعرف على مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

تحديد المصطلحات

دافعية الانجاز الرياضي:

هي استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتيان في ضوء مستوى أو معيار معين من معايير أو مستويات التفوق والامتيان. عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفعالية والمثابرة للتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتيان في مواقف المنافسة الرياضية (عبدالله ٢٠١١. الصفحة ٥٧).

و يعرفها عبد الفتاح بانها الرغبة المستمرة للسعي الى النجاح . و إنجاز أعمال صعبة و التغلب على العقبات بكفاءة و بأقل قدر ممكن من الجهد و الوقت و بأفضل مستوى من الاداء (دويدار ٢٠٠١. صفحة ٣٥).

دافع انجاز النجاح

وهذا الدفع يمثل الدافعية الداخلية للاعب للإقبال نحو أنشطة معينة و يدفعه لمحاولة تحقيق التفوق و بالتالي الإحساس و الشعور بالرضا و السعادة . و هذا الدافع لا يتأثر بالمؤثرات الخارجية . بل يمكن القول بأنه حالة داخلية في الفرد توجهه و تحركه لتحقيق هدف معين يضعه لنفسه . و يمكن اعتبار هذا الدافع من السمات الشخصية للاعب. أي أنه يصطبغ بالصبغة الفردية الخالصة و يختلف تمام الاختلاف من لاعب لآخر و هذا الدافع يتأثر بالمتغيرين التاليين:

احتمال النجاح . جاذبية تحقيق الهدف (علاوي ٢٠٠٢. صفحة ١٤٤).

دافع تجنب الفشل



هو تكوين نفسي يرتبط بالخوف من الفشل الذي يتمثل في الاهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الأداء و الوعي الشعوري بانفعالات غير سارة مما يسهم في محاولة تجنب أو تحاشي مواقف الإنجاز الرياضي.

وهذا الدافع يكون واضحا لدى اللاعب كلما ارتفع الخوف و قلق اللاعب من احتمال توقع الفشل - أي كلما اعتقد بقلة فرصه في احتمال النجاح . و في ضوء ذلك يمكن استثمار كل من دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل بصورة إيجابية . أي العمل على تدعيم و تقوية مكونات أو عناصر دافعية إنجاز النجاح و محاولة الإقلال من تأثير عوامل دافع تجنب الفشل (علاوي ٢٠٠٢ . صفحة ٢٤٦)

الكرة الطائرة

رياضة جماعية يتقابل فيها فريقان يتكون كل واحد منهما من ٦ لاعبين يتنافسون داخل ملعب صغير بالنسبة للملاعب الأخرى و مفصول بشبكة لتقسيم الملعب الى نصفين. و هدف اللعبة هو احراز أكثر عدد من النقاط و ذلك بإسقاط الكرة في ملعب الخصم بطريقة قانونية (طه ١٩٩٩ . صفحة ١٣)

الطالب الجامعي

هو ذلك الذي سمحت له كفاءته العلمية بالانتقال من المرحلة الثانوية الى الجامعة تبعا لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة او دبلوم يؤهله لذلك. و يعتبر الطالب احد العناصر الأساسية و الفاعلية في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي إذ أنه يمثل عدديا النسبة العالية بالمؤسسة (آخرون ٢٠٠٦ . صفحة ٩٥) .
و يعرفه سعيد بانه ذلك الانسان المستعد للدراسة و الذي يعمل بجد على إعداد نفسه لمهنة ملائمة (التل ١٩٩٧).

و هو الذي يتابع دراسته في تخصص من التخصصات المتاحة في مؤسسات التعليم العالي بالجزائر و الذي انهى مرحلة التعليم الثانوي و نال شهادة تؤهله للدخول الى الجامعة.

الدراسات السابقة و المشابهة

دراسة بن حاج عبد القادر بعض سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي
لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة ما بين بعض سمات الشخصية وأبعاد دافعية الانجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح. دافع تجنب الفشل) لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا. وكذا التحقق من الفروق في سمات الشخصية حسب نوع الرياضة



الممارسة (رياضة كرة الطائرة جلوس). رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة). وبعد تطبيق أدوات البحث توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في سمات الشخصية حسب نوع الرياضة الممارسة. ماعدا سمة القلق التي أظهرت النتائج عن وجود فروق دالة لصالح ممارسي كرة الطائرة جلوس. وكذا وجود علاقة موجبة ما بين سمة (تقدير الذات. العدوانية) ودافع إنجاز النجاح. وعلاقة سلبية ما بين سمة القلق ودافع إنجاز النجاح. ووجود علاقة عكسية ما بين سمة تقدير الذات ودافع تجنب الفشل وعلاقة طردية ما بين سمة (الاكتئابية. القلق) ودافع تجنب الفشل.

دراسة مختاري عبد الحميد ٢٠٠٩ تأثير الأسلوب القيادي لأستاذ التربية البدنية والرياضية على دافعية الانجاز لدى طلبة السنة الأولى ثانوي بولاية الشلف

تهدف الى معرفة علاقة بين الأسلوب القيادي لأستاذ التربية البدنية والرياضية ودافعية الانجاز لدى التلاميذ وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي . وشملت العينة على تلاميذ السنة الأولى ثانوي في ولاية الشلف وبلغ عددهم ٢٢٨ تلميذ وتلميذة استخدم الباحث مقياس الأنماط القيادية ومقياس دافعية الانجاز. وأوضحت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية بين نمط الأسلوب القيادي الديمقراطي ودافعية الانجاز. وعن وجود علاقة ارتباطية بين نمط الأسلوب القيادي الاجتماعي

المساعد ودافعية الانجاز وعن وجود علاقة ارتباطية بين أسلوب القيادي الآتي ودافعية الانجاز وبعدم وجود علاقة ارتباطية بين كل من الأسلوب القيادي الأوتوقراطي والقيادي التدريبي مع دافعية الانجاز .

دراسة بوط جمال ٢٠٠٨ سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية للتعلم لدى الطلبة الجامعيين النظام الجديد LMD

وقد اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي . وكانت العينة الدراسة تتكون من ١٠٠ طالب بمعهد التربية البدنية بالشلف وقد استخدم في جمع المعلومات مقياس الدافعية للتعلم وقائمة فرايبوج للشخصية . وأظهرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية بين الدافعية للتعلم وسمات الشخصية ودلت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدافعية للتعلم وكل من الاكتئابية والهدوء والاجتماعية وعلاقة ارتباطية سالبة بين الدافعية للتعلم وكل من العصبية والسيطرة . ولا توجد علاقة ارتباطية بين الدافعية للتعلم وكل من القابلية للاستشارة والكف والضبط . وهناك فروق بين الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين في دافعية التعلم لصالح المتفوقين . وجود فروق بين الفئتين من الطلبة في سمات الشخصية حيث دلت النتائج على وجود فروق بين الطلبة المتفوقين والطلبة الأقل



تفوق في كل من الاكتئابية العصبية. العدوانية والقابلية للاستشارة السيطرة لصالح الأقل تفوق والاجتماعية لصالح المتفوقين. و لا توجد فروق دالة بين الطلبة المتفوقين والطلبة الأقل تفوق في الضبط والكف.

إجراءات البحث

الجانب التطبيقي

منهج البحث: تم الاعتماد على المنهج الوصفي لملائمته لموضوع البحث.

مجالات البحث

المجال البشري: أجري هذا البحث على ٣٧ من لاعبي الكرة الطائرة الجامعيين التابعين للبطولة الجهوية لولاية سعيدة الجزائر

المجال الزمني: تم إنجاز البحث في شهري أوت و سبتمبر وأكتوبر ٢٠٢٠.

المجال المكاني: أجري البحث على الفرق المشاركة في البطولة الجهوية لولاية سعيدة العينة وطرق اختيارها: تكون مجتمع الدراسة من لاعبي الكرة الطائرة التابعين للبطولة الجهوية لولاية سعيدة الجزائر و تكونت عينة البحث من ٣٧ لاعب جامعي التابع للبطولة و تم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

أدوات البحث

المصادر و المراجع

مقياس دافعية الانجاز

قام بتعريبه واقتباسه محمد حسن علاوي ويتضمن 20 عبارة. تقيس بعدين لدافعية الانجاز المرتبطة بالمنافسة (دافع إنجاز النجاح. دافع تجنب الفشل)

الجدول رقم (٠١)

يبين العبارات الموجبة و السالبة لمقياس دافعية الانجاز الرياضي

البعد	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
البعد الاول: دافع إنجاز النجاح	٢. ٢٠, ١٨, ١٦, ١٢, ١٠, ٦	١٤, ٨, ٤
البعد الثاني: دافع تجنب الفشل	١٥, ١٣, ٩, ٧, ٥, ٣, ١	١٩, ١٧, ١١

ويتم تصحيح عبارات كل بعد على حدة طبقا لمايلي:

العبارات في اتجاه البعد تصحح كما يلي: بدرجة كبيرة جدا = 5 درجات. بدرجة كبيرة = 4 درجات. بدرجة متوسطة = 3 درجات. بدرجة قليلة = درجتان. بدرجة قليلة جدا = درجة واحدة.



أما العبارات في عكس اتجاه البعد فيتم تصحيحها كما يلي: بد رجة كبيرة جدا = درجة واحدة. بد رجة كبيرة = درجتان. بد رجة متوسطة = 3 درجات. بد رجة قليلة = 4 درجات. بد رجة قليلة جدا = 5 درجات.
الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من الخطوات الرئيسية التي يقوم بها الطالب الباحث أثناء دراسته لموضوع بحثه . حيث تساعد هذه الدراسة على جمع كل المعلومات و الحقائق التي تخص موضوع بحثه و في دراستنا هذه تم التعرف على الظاهرة المدروسة و الاحاطة بها و من ناحية جمع المعلومات و البيانات. و ربح الجهد والوقت للقيام بالدراسة الأساسية. و معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الأساسية و كذلك التأكد من صدق و ثبات المقياس و على هذا الاساس قمنا بتوزيع المقياس على عينة مكونة من ٠٧ لاعبين للكرة الطائرة الجامعيين و الوقوف على أهم الصعوبات و التي قد تعترضنا أثناء الدراسة الأساسية .

و قمنا بحساب معامل ثبات المقياس و هذا بطريقة إعادة تطبيق الاختبار و الجدول رقم (٠١) يبين النتائج.

المعاملات العلمية لأداة الدراسة

١- **الصدق المقياس (صدق المحكمين):** تم عرض المقياس على الخبراء و اهل الاختصاص لإبداء رأيهم حول محاور المقياس و الاسئلة المدرجة لإبداء رأيه لحذف او إضافة ما يرونه مناسباً حول أبعاد المقياس ومدى ارتباط كل بعد بالجوانب المراد التعرف عليها و كذلك كيفية عرض المقياس و التحقق من محتواه و فعالية عباراته .

٢- ثبات المقياس

الجدول رقم (٠٢)

يبين حساب معامل الثبات و الصدق الذاتي

المقياس بأبعاده	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
البعد الاول: دافع تجنب الفشل	١٠	٠,٧٥	٠,٨٧
البعد الثاني: دافع إنجاز النجاح	١٠	٠,٩٤	٠,٩٧
المقياس: دافعية الانجاز الرياضي	٢٠	٠,٩٠	٠,٩٥



لحساب ثبات المقياس استعملنا معامل الارتباط بيرسون . تم حساب معاملات ثبات المقياس بأبعاده باستخدام معامل الارتباط حيث تم التوصل الى النتائج التالية و الجدول رقم (٠٢) يمثل معامل الثبات و الصدق الذاتي للاستبيان.

يتضح من خلال الجدول رقم (٠٢) أن قيمة معامل الارتباط قيمة مرتفعة و أن معامل الثبات في أبعاده ارتباط قوي مما يدل على تمتع كل بعد بدرجة عالية من الثبات و تجانس مفرداته . إذ أنه كلما كانت تلك المفردات متجانسة فيما تقيسه كان التناسق عالياً . و كذلك نتائج معامل الصدق الذاتي نتائج مرتفعة و منه فان المقياس يتمتع بمعامل ثبات و صدق عالي.

أساليب المعالجة الاحصائية

المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري

التكرارات و النسب المئوية

اختبار حسن المطابقة

معامل الارتباط بيرسون

عرض و تحليل و تفسير النتائج

مناقشة نتائج الفرضيا

مناقشة نتائج الفرضية الاولى:

يعتبر مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

الجدول رقم (٠٣)

يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لاجابات أفراد العينة على مقياس دافعية الانجاز الرياضي

بعد دافع إنجاز النجاح				بعد دافع تجنب الفشل			
الترتبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات	الترتبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات
٠٥	١,٠٤	٤,٣٧	٠٢	٠٥	١,٢٥	٣,٣٧	٠١
١٠	١,٢٦	٢,٤٨	٠٤	٠١	١,٢٧	٣,٦٤	٠٣
٠٧	١,١٥	٤,١٠	٠٦	١٠	١,٣٨	٢,٨٣	٠٥
٠٩	١,٣٥	٢,٥٤	٠٨	٠٣	١,٥٠	٣,٥٦	٠٧
٠٦	٠,٩٤	٤,٣٥	١٠	٠٢	١,٣١	٣,٦٤	٠٩
٠٢	٠,٧٨	٤,٧٠	١٢	٠٧	١,٣٠	٣,٢٩	١١
٠٨	١,٣١	٣,٧٠	١٤	٠٩	١,١٩	٢,٨٩	١٣
٠٤	٠,٨٣	٤,٦٢	١٦	٠٨	١,١١	٢,٩١	١٥



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

١٧	٣,٥٤	١,٣٤	٠,٤	١٨	٤,٧٣	٠,٦٩	٠,١
١٩	٣,٣١	٠,٨٢	٠,٦	٢٠	٤,٦٨	٠,٧١	٠,٣
مجموع البعد	٣,٤١	١,٢٥		مجموع البعد	٤,٠٣	١,٠١	
المتوسط الحسابي للمقياس	٣,٧٢			الانحراف المعياري للمقياس	١,١٣		

من خلال الجدول رقم (٠٣) يتضح ان قيمة المتوسط الحسابي للمقياس ككل قد بلغت ٣,٧٢ و بانحراف معياري قيمته ١,١٣ لافراد العينة. و قد بلغت قيمة المتوسط المعياري لبعد تجنب الفشل ٣,٤١ و بانحراف معياري قدره ١,٢٥. وكما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لبعد دافع النجاح ٤,٠٣ و بانحراف معياري قدره ١,٠١. و منه نستنتج ان مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع مقارنة بالمتوسطات الحسابية. و هذا يزيد من دافع الانجاز الرياضي و محاولة اللاعب تحقيق الفوز و النجاح و التفوق و تجنب الفشل و الخسارة و جاء دافع الانجاز الرياضي في المرتبة الاولى في حين جاء بعد تجنب الفشل في المرتبة الثانية.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على ان بعد دافع تجنب الفشل مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الجدول رقم (٠٤)

يوضح التكرارات و النسب المئوية و كلاً المحسوبة لبعد
دافع تجنب الفشل



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

من خلال الجدول رقم (٠٤) الخاص ببعد تجنب الفشل و عند السؤال الأول المتمثل في
أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة كانت نسبة اللاعبين الذين
أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٢٤,٣٢ % . وكانت نسبة ٢١,٦٢ % الذين أجابوا بدرجة

الأسئلة	الدرجات					المجموع	الدرجة المحسوبة	الدرجة الحرة	مستوى الدلالة
	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا				
٢٩١ س١	العدد ٠٩	النسبة ٢٤,٣٢ %	٠٨	١١	٠٣	٣٧	٠٤,٩٨	٩,٤٨	غير دال
٢ س٢	العدد ١٣	النسبة ٣٥,١٣ %	٠٧	١١	٠٣	٣٧	١١,٤١	٩,٤٨	دال
٢٩١ س٣	العدد ٠٦	النسبة ١٦,٢٢ %	٠٧	١١	٠٧	٣٧	٠٢,٦٩	٩,٤٨	غير دال
٤ س٤	العدد ١٥	النسبة ٤٠,٥٤ %	٠٧	٠٤	٠٥	٣٧	١٠,٦٠	٩,٤٨	دال
٥ س٥	العدد ١٤	النسبة ٣٧,٨٤ %	٠٦	١٠	٠٣	٣٧	١١,٢٢	٩,٤٨	دال
٦ س٦	العدد ١٠	النسبة ٢٧,٠٣ %	٠٥	١٠	٠٣	٣٧	٠٥,٥٤	٩,٤٨	غير دال
٧ س٧	العدد ٠٥	النسبة ١٣,٥١ %	٠٤	١٥	٠٥	٣٧	١٠,٩٥	٩,٤٨	دال
٨ س٨	العدد ٠٦	النسبة ١٦,٢٢ %	١٣	١٢	٠٢	٣٧	١٢,٨٥	٩,٤٨	دال
٩ س٩	العدد ١٣	النسبة ٣٥,١٤ %	٠٣	١٣	٠٣	٣٧	١٤,٤٥	٩,٤٨	دال
١٠ س١٠	العدد ٢٠	النسبة ٥٤,٠٥ %	١٠	٠٦	٠٠	٣٧	٢١,٠٤	٧,٨٢	دال

كبيرة. وكانت نسبة ٢٩,٧٣ % الذين أجابوا بدرجة متوسطة. وكانت نسبة ١٦,٢٢ %
الذين أجابوا بدرجة قليلة في حين كانت نسبة الذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠٨,١١ % .
و اما بالنسبة للسؤال الثاني و المتمثل في عندما ارتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة
فانني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسي هذا الخطأ كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا
بدرجة كبيرة جدا ٣٥,١٣ % و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة و قليلة
جدا ٠٨,١١ % . و اما بالنسبة للسؤال الثالث و المتمثل أحس غالبا بالخوف قبل اشتراكي
في المنافسة مباشرة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة قليلة ٢٩,٧٣ % و
أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة متوسطة و كبيرة جدا ١٦,٢٢ % . و اما بالنسبة للسؤال
الرابع و المتمثل في أخشي الهزيمة في المنافسة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا
بدرجة كبيرة جدا ٤٠,٥٤ % و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة متوسطة ١٠,٨١ % . و
اما بالنسبة للسؤال الخامس و المتمثل في بعض الأحيان عندما أنهزم في منافسة فان ذلك
يضايقني لعدة أيام كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٣٧,٨٤ %



و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة و قليلة جدا ٨,١١% . و اما بالنسبة للسؤال السادس و المتمثل في لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا و متوسطة ٢٧,٠٣% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٨,١١% . و اما بالنسبة للسؤال السابع و المتمثل في أشعر بالتوتر قبل المنافسة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة متوسطة ٤٠,٥٤% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة كبيرة ١٠,٨١% . و اما بالنسبة للسؤال الثامن و المتمثل في عندما أرتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة قليلة ٣٢,٤٣% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٥,٤١% . و اما بالنسبة للسؤال التاسع و المتمثل في قبل اشتراكي في المنافسة لا أشتغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة أو عن نتائجها كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا و متوسطة ٣٥,١٤% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة كبيرة و قليلة ٨,١١% . و اما بالنسبة للسؤال العاشر و المتمثل في أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٥٤,٠٥% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠,٠% . و بالنسبة لاختبار حسن المطابقة كانت قيمة كا^٢ المحسوبة أكبر من قيمة كا^٢ الجدولية في سبعة أسئلة من أصل عشرة أسئلة و هذا ما يدل على وجود فروق في الاجابات كبيرة بين المستجوبين و تقريبا كل الاجابات كانت تتمحور حول أوافق بدرجة كبيرة جدا و من خلال الجدول نلاحظ ان مستوى دافع تجنب الفشل مرتفع. و منه نستنتج أن الفرضية التي تنص على أن بعد دافع تجنب الفشل مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين قد تحققت.

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

و التي تنص على ان بعد دافع إنجاز النجاح مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الجدول رقم (٥٥)

يوضح التكرارات و النسب المئوية و كاً المحسوبة لبعد دافع انجاز النجاح

الأسئلة	الدرجات					المجموع	كاً المحسوبة	كاً الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	كبير جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً					
س١	العدد	٢٤	٠٧	٠٣	٠٢	٠١	٣٧	٤٩,٥٢	٩,٤٨	٠,٠٥
	النسبة	٦٤,٨٦%	١٨,٩١%	٠٨,١١%	٠٥,٤١%	٠٢,٧٠%	100%	٥٢	٨	٥
س٢	العدد	٠٣	٠٥	٠٩	٠٩	١١	٣٧	٠٥,٨١	٩,٤٨	٠,٠٥
	النسبة	٠٨,١١%	١٣,٥١%	٢٤,٣٢%	٢٤,٣٢%	٢٩,٧٣%	100%	٨١	٨	٥
س٣	العدد	٢٠	٠٦	٠٧	٠٣	٠١	٣٧	٣٠,٠٦	٩,٤٨	٠,٠٥
	النسبة	٥٤,٠٥%	١٦,٢٢%	١٨,٩١%	٠٨,١١%	٠٢,٧٠%	100%	٠٦	٨	٥
س٤	العدد	٠٥	٠٤	٠٦	١٣	٠٩	٣٧	٠٧,١٦	٩,٤٨	٠,٠٥
	النسبة	١٣,٥١%	١٠,٨١%	١٦,٢٢%	٣٥,١٣%	٢٤,٣٢%	100%	١٦	٨	٥
س٥	العدد	٢٣	٠٦	٠٦	٠٢	٠٠	٣٧	٢٨,٣٩	٧,٨٢	٠,٠٥
	النسبة	٦٢,١٦%	١٦,٢٢%	١٦,٢٢%	٠٥,٤١%	٠٠%	100%	٣٩	٢	٥
س٦	العدد	٣٠	٠٥	٠١	٠٠	٠١	٣٧	٦٣,١٤	٠٧,٨٢	٠,٠٥
	النسبة	٨١,٠٨%	١٣,٥١%	٠٢,٧٠%	٠٠%	٠٢,٧٠%	100%	١٤	٨٢	٥
س٧	العدد	١٥	٠٦	٠٨	٠٦	٠٢	٣٧	١٢,٣٠	٩,٤٨	٠,٠٥
	النسبة	٤٠,٥٤%	١٦,٢٢%	٢١,٦٢%	١٦,٢٢%	٠٥,٤١%	100%	٣٠	٨	٥
س٨	العدد	٢٨	٠٦	٠٢	٠٠	٠١	٣٧	٥٢,١٤	٧,٨٢	٠,٠٥
	النسبة	٧٥,٦٧%	١٦,٢٢%	٠٥,٤١%	٠٠%	٠٢,٧٠%	100%	١٤	٢	٥
س٩	العدد	٣١	٠٣	٠٢	٠١	٠٠	٣٧	٦٨,٣٦	٧,٨٢	٠,٠٥
	النسبة	٨٣,٧٨%	٠٨,١١%	٠٥,٤١%	٠٢,٧٠%	٠٠%	100%	٣٦	٢	٥
س١٠	العدد	٢٩	٠٥	٠٢	٠١	٠٠	٣٧	٥٧,١١	٧,٨٢	٠,٠٥
	النسبة	٧٨,٣٨%	١٣,٥١%	٠٥,٤١%	٠٢,٧٠%	٠٠%	100%	١١	٢	٥

من خلال الجدول رقم (٥٥) الخاص ببعد دافع إنجاز النجاح و عند السؤال الأول المتمثل في يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية لتحسين مستوله كانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا بدرجة كبيرة جداً ٦٤,٨٦% . وكانت نسبة ٢١,٦٢% الذين أجابوا بدرجة كبيرة. وكانت نسبة ٠٨,١١% الذين أجابوا بدرجة متوسطة. وكانت نسبة ٠٥,٤١% الذين أجابوا بدرجة قليلة في حين كانت نسبة الذين أجابوا بدرجة قليلة جداً ٠٢,٧٠%. و اما بالنسبة للسؤال الثاني و هو عبارة سلبية و المتمثل في الامتياز في



الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٢٩,٧٣% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة متوسطة و قليلة ٢٤,٣٢% . و اما بالنسبة للسؤال الثالث و المتمثل أستمتع بتحمل أية مهمة و التي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٥٤,٠٥% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠٢,٧٠% . و اما بالنسبة للسؤال الرابع و هو عبارة سلبية و المتمثل في ا لحظ يؤدي الى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة قليلة ٣٥,١٣% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة كبيرة ١٠,٨١% . و اما بالنسبة للسؤال الخامس و المتمثل في لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي أنجح في رياضتي كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٦٢,١٦% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠٠% . و اما بالنسبة للسؤال السادس و المتمثل في الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٨١,٠٨% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة ٠٠% . و اما بالنسبة للسؤال السابع و المتمثل في أفضل ان أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٤٠,٥٤% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠٥,٤١% . و اما بالنسبة للسؤال الثامن و المتمثل في لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٧٥,٦٧% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة ٠٠% . و اما بالنسبة للسؤال التاسع و المتمثل في أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا و متوسطة ٣٥,١٤% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة كبيرة و قليلة ٠٨,١١% . و اما بالنسبة للسؤال العاشر و المتمثل في أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة كانت أعلى نسبة للإجابات للذين أجابوا بدرجة كبيرة جدا ٨٣,٧٨% و أدنى نسبة للذين أجابوا بدرجة قليلة جدا ٠٠% . و بالنسبة لاختبار حسن المطابقة كانت قيمة كا^٢ المحسوبة أكبر من قيمة كا^٢ الجدولية في ثمانية أسئلة من أصل عشرة أسئلة و هذا ما يدل على وجود فروق في الاجابات كبيرة بين المستجوبين و تقريبا كل الاجابات كانت تتمحور حول بدرجة كبيرة جدا و نستنتج أن بعد دافع الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين و بالتالي الفرضية التي تنص على بعد دافع إنجاز النجاح مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة قد تحققت.



من خلال الجدول رقم (٠٣) و(٠٤) و(٠٥) نستنتج ان الفرضية التي تنص على ان مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين قد تحققت.

الاستنتاجات

بعد الدراسة التي قمنا بها بعنوان دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين . و بعد عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها. و من خلال المعالجات الاحصائية تم التوصل الى ما يلي:
مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

مستوى بعد دافع إنجاز النجاح مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

مستوى بعد دافع تجنب الفشل مرتفع لدى لاعبي الكرة الطائرة من وجهة نظر الطلبة الجامعيين الجزائريين.

الاقتراحات و التوصيات

وفي الاخير نحاول ان نقدم مجموعة من التوصيات و الاقتراحات و المتمثلة في
تعتبر دافعية الانجاز الرياضي مهمة و أساسية في تحقيق النجاح في المنافسات الرياضية فلذا التركيز على العامل النفسي لدى اللاعبين الجامعيين و عدم إهماله.
ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للاعب الجامعي و مثله مثل بقية الجوانب الاخرى و عدم اهماله.

ضرورة الاهتمام بتكوين اللاعب و تنشئته و عدم الاهتمام بالنتائج و اهمال التكوين

ضرورة الاهتمام بكل جوانب شخصية اللاعب خلال فترات التكوين و الاعداد

إجراء المزيد من البحوث و الدراسات حول دافعية الانجاز الرياضي لبقية الفئات العمرية و مختلف الرياضات التنافسية و مختلف المستويات التعليمية.

ضرورة الاهتمام بموضوعات علم النفس الرياضي و توعية القائمين على الدور الذي يلعبه في الارتقاء بمستوى الاداء سواء كان في رياضة الكرة الطائرة او مختلف الانشطة الرياضية.



المصادر و المراجع

١. الحفيظ. اخلاص محمد عبد. التوجيه و الارشاد النفسي في المجال الرياضي . جامعة المنيا :مركز الكتاب للنشر الطبعة الاولى.2002 .
٢. الرحمان. العيسوي محمد عبد. سيكولوجية الشخصية. الاسكندرية :منشأة المعارف. 2001.
٣. جمال. بوط. سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية للتعلم لدى الطلبة الجامعيين النظام الجديد 2008 . LMD.
٤. دويدار. عبد الفتاح. سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات و الاتجاهات. مصر :دار النهضة العربية. 2001 .
٥. راتب. اسامة كامل. الاعداد النفسي للناشئين . القاهرة : دار الفكر العربي. 2005 .
٦. طه. أحمد عبد الدايم علي مصطفى. دليل المدرب في الكرة الطائرة. القاهرة : دار الفكر العربي. 1999 .
٧. عبد الحميد. مخطاري. تأثير الأسلوب القيادي لأستاذ التربية البدنية والرياضية على دافعية الانجاز لدى طلبة السنة الأولى ثانوي بولاية الشلف . الشلف :جامعة حسيبة بن بوعلي. 2009 .
٨. عبد القادر. بن حاج. « بعض سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا. «دراسات نفسية المجلد 5 العدد 2012 . 10.
٩. عبدالله. الزعبي صالح عبدالله . الخياط ماجد. علم النفس الرياضي. عمان :دار الراية للنشر. 2011 .
١٠. علاوي. محمد حسن. علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية. القاهرة :دار الفكر العربي. 2002 .
١١. ياسين. رمضان. علم النفس الرياضي . :2008 دار اسامة للنشر و التوزيع ط 1. الاردن.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

١٢. اخرون. فضيل دليو و. المشاركة الديمقراطية في تسيير الجامعة. مخبر علم الاجتماع و الاتصال جامعة منتوري. مخبر التطبيقات النفسية و التربوية ط2006. 2.
١٣. التل. سعيد. قواعد الدراسة في الجامعة. الاردن :دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع 1997 .



تصور مقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية

د. عبد الله عطية أبو شاويش د. عثمان محمد العثماني
مناهج وطرق تدريس الإدارة التربوية- جامعة الأقصى
وزارة التربية والتعليم العالي- فلسطين

Tyu202054@gmail.com

الكلمات المفتاحية: التعصب الحزبي والانقسام السياسي

المستخلص

هدفت الدراسة التعرف إلى الدرجات التقديرية للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. والكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات هؤلاء الطلبة لهذا الدور تعزى إلى المتغيرات (الانتماء السياسي. المستوى الدراسي). ولتحقيق الأهداف قام الباحثان باستخدام المنهج الوصفي التحليلي. وطبق استبانة مكونة من (41) فقرة تقيس الحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي على عينة عشوائية قوامها (380) من الطلبة الذكور فقط. وذلك لقربهم من العمل السياسي. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

١. المتوسط الإجمالي للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية الحزبي وهو بدرجة متوسطة. وقد احتل مجال (سياسة الجامعة) على المركز الأول بمتوسط (1.942) حين احتل مجال (التواصل مع المجتمع) على المركز الأخير بمتوسط (1.819).
٢. أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في مجال (المواطنة) يعتبر متوسطاً. حيث كان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على فقرات المجال الأول ككل (1.866) حيث كانت أعلى الفقرات.
٣. أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (الانتماء الوطني) يعتبر متوسطاً. حيث كان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على فقرات المجال الثاني ككل (1.89).

التوصيات



في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها وإطارها النظري يمكن اقتراح التوصيات الآتية:

1. ضرورة دعم وتسهيل عمل الحركة الطلابية من قبل الجامعة لتشجيع طلبة الجامعة المشاركة السياسية الإيجابية للتأكيد على الهدف الأساس لها هو تكوين المواطن الصالح القادر على التفاعل مع قضايا الجامعة.
٢. السماح لتفعيل مجلس الطلبة وتشكيل انتخابات نزيهة لتمثيل الطلبة في الأنشطة والفعاليات المختلفة.
٣. تعزيز الترابط والتعاقد بين الأطر الطلابية للمشاركة السياسية بما يضمن الديموقراطية الحرة والوعي الوطني.

Abstract

The study aimed to identify the estimated degrees to reduce partisan fanaticism and political division among Palestinian university students And disclosing whether there are statistically significant differences at the level of significance ($\alpha \leq 0.05$) between the averages of these students' estimates for this role due to the variables (Political affiliation. academic level).

To achieve the goals. the researchers used the descriptive and analytical approach. and applied a questionnaire consisting of (41 items measuring the reduction of partisan intolerance and political division to a random sample of 380 male students only. due to their proximity to political work. and **the study reached the following results:**

1. The overall average for reducing partisan fanaticism and political division among Palestinian university students. which is of a moderate degree. The field of (university politics) occupied first place with an average of (1.942) when the field of (communication with society) occupied the last place with an average of 1.819.



2. The general level of reducing partisan fanaticism and political division among Palestinian university students in the field of (citizenship) is considered average. as the arithmetic average of the sample responses to the first field paragraphs as a whole was (1.866). where the highest paragraphs were.

3. The general level of reducing partisan fanaticism and political division in the field of (national affiliation) is considered average. as the arithmetic average of the sample responses to the paragraphs of the second field as a whole was (1.89).

Recommendations:

In light of the results of the study. its discussion. and its theoretical framework. the following **recommendations can be suggested**:

1. The need to support and facilitate the work of the student movement by the university to encourage university students to participate in positive politics. to emphasize the primary goal of it is to form a good citizen who is able to interact with university issues.

2. Allowing the student council to be activated and the formation of fair elections to represent students in various activities and events.

3. Enhancing the interdependence and cooperation among the student frameworks for political participation in a way that guarantees free democracy and national awareness.

المقدمة

يحتل مفهوم التعصب مكان الصدارة في الدراسات النفسية والاجتماعية المتخصصة بشكل كبير. لا من حيث المنهج الأكاديمي فحسب. وإنما بسبب صلتها المباشرة و الدقيقة بحياة الإنسان والمجتمع. وآثارهما المتوقعة في النتائج. لما يحملانه من عواقب إذا ما فشلت الجهود في البناء و التنشئة الاجتماعية الأولى.



فإن إدراك أية مشكلة ومدى خطورتها. هو الوعي في محاولة إيجاد حل لتلك المشكلة. ويعتبر البداية الأولى لمعرفتها. فمشكلة التعصب لدى الإنسان . هي مشكلة جوهر الكيان الإنساني السوي. فإذا ما آمن الفرد بهذا النمط من السلوك في التعامل مع فرد بعينه أو مجموعة بعينها. فهو يعد اضطراباً في معيار الصحة النفسية أو العقلية. وهو صراع داخلي يحدث للفرد وينم عن اختلال التوازن. وبذلك فإننا نسلم جدلاً بأن الفرد المتعصب هو بحكم المريض عقلياً ونفسياً. لما يتميز به من جمود وتصلب الرأي.

لذلك فإن التعصب يؤدي وظيفة نفسية خاصة تتلخص في التنفيس عما يعتلج في النفس من كراهية و عدوان مكبوت. وذلك عن طريق عملية نقل ذلك العدوان واستبداله بموضوع آخر دفاعاً عن الذات. فالتعصب ظاهرة عالمية. غالباً ما ترتبط بالدين و السياسة . كما قد يظهر في معظم النشاطات الاجتماعية. ومنها : الرياضة على سبيل المثال ويرتبط التعصب ببعض أشكال الشخصية وليس بجميع الشخصيات. وليس بالضرورة أن يكون التعصب ظاهرة سلبية دائماً. فهناك من هم يستعدون للموت دفاعاً عن قضاياهم و حرياتهم المسلوبة. أو دفاعاً عن معتقداتهم الدينية التي يؤمنون بها. فيمكن اعتبار التعصب إيجابياً أو سلبياً. قياساً واعتماداً على النتائج التي يسعى الفرد لتحقيقها من وراء تعصبه لأفكاره (القدومي. ٢٠١٧م. ص١).

و يمر المجتمع الفلسطيني بمراحل سياسية مختلفة انتشرت فيها الأحزاب و المنظمات السياسية الوطنية بشكل متسارع وكبير في ظل الاحتلال الاسرائيلي . ونتيجة الواقع الذي يعيشه شعبنا الفلسطيني من حالة عدم الاستقرار سواء على المستوى السياسي أو المستوى الاجتماعي. وكان للجامعات الفلسطينية الدور الريادي والأسمى. فالناظر إلى تاريخ الجامعات يتذكر تسارع الحركات الثورية . ليس فقط على الصعيد الثقافي بل وعلى الصعيد الفكري حتى طالت في بعض الأحيان الصعيد الاجتماعي. وإن الجامعات لا يقتصر دورها على الدراسة و البحث العلمي فقط. بل يمتد دورها إلى بث الروح التعاونية. و التي تستند إلى توجيه علمي راقٍ. فالجامعات التي تستقطب مجتمع الشباب الذين سيشكلون في المستقبل النخبة المثقفة. فمن الطبيعي أن يكون للجامعات دور فعال ومؤثر لإيجاد الانسجام التام بين أفراد المجتمع (النجار. 2018م: 17).

ويعاني المجتمع الفلسطيني من آفة التعصب الحزبي المقيت الذي أدى إلى استقطاب حاد بين مكونات المجتمع. وأدى التعصب إلى حالة الانقسام التي نعيشها منذ عشرات سنوات من صراع داخلي . وهذا الانقسام السياسي أدى إلى انقسام حاد في الحياة الاجتماعية



فسادت لغة التشهير. وكيل الاتهامات وتخوين كل طرف للآخر. وعدم تقبل الطرف للآخر.

وقد أدى ذلك إلى انتشار التعصب الحزبي التي سادت بين أفراد المجتمع الفلسطيني وخاص طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. تحت ذرائع ومسميات مختلفة بين الأحزاب و التنظيمات المختلفة (مسعود ٢٠١٦م:نت).
فإن للجامعات دوراً مهماً ومؤثراً على الصعيد الفلسطيني في المشاركة المجتمعية والحد من التعصب. وذلك من خلال إقامة جسور من الثقة بين الطلبة واعادة تقبل الطرف الآخر بغض النظر عن انتمائهم الحزبي . ولهذا تعد المشاركة المجتمعية من أقصر وأفضل الطرق للحد من التعصب الحزبي لدى الطلبة باعتبار أن المشاركة المجتمعية هي مبدأ أساس تقوم عليه تنمية المجتمع بشكل عام . وأيضاً فإن المشاركة المجتمعية لها من أهمية ميزات فأنها أيضاً تحد من التعصب الحزبي الذي يعيق فرص التنمية .
ولذلك فإن المشاركة المجتمعية تحتاج إلى دعم كامل ومساندة من منظمات المجتمع المدني الذي يعتبر مدخلا للأطر الطلابية لتعزيز مفهوم المشاركة المجتمعية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. فكان لا بد من وجود دراسة تركز على تلك الآفة الضارة بجامعاتنا الفلسطينية.

مشكلة الدراسة

تتلخص مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

ما التصور المقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس. الأسئلة الفرعية التالية:

1- ما المستويات التقديرية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات عينة البحث من التعصب الحزبي. والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية اتعزى إلى المتغيرات (الانتماء السياسي. المستوى الدراسي)؟



٣- ما التصور المقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية؟

فروض الدراسة: يتفرع من السؤال الثاني الفرضيات التالية

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي و الانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية تعزى إلى متغير الانتماء التنظيمي (منتمي -مستقل).
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات عينة البحث لدور الجامعات في مواجهة التعصب الحزبي لدى طلبتها تعزى إلى متغير الانتماء التنظيمي للفصل الدراسي (الأول – الثاني -الثالث -الرابع فما فوق).

أهداف الدراسة

- 1- التعرف عن المستويات التقديرية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي.
- ٢- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات عينة البحث من التعصب الحزبي. والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية تعزى إلى المتغيرات (الانتماء السياسي. المستوى الدراسي)؟
- ٣- وضع تصور مقترح للحد من التعصب الحزبي و الانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية؟

أهمية الدراسة

١. تعد أهمية الدراسة إلى تأثيرات التعصبات السلبية والانقسام السياسي على سير العملية التعليمية في الجامعات الفلسطينية وكيفية الحد منها. فقد أدى التعصب لجماعات وأحزاب سياسية إلى تعطيل العملية التعليمية في الكثير من الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة جراء أحداث العنف التي حدثت نتيجة التعصب الحزبي للمواقف السياسية.
٢. تفيد الدراسة في إعادة صياغة المواطن الفلسطيني الصالح بعيداً عن التعصب الحزبي المقيت.



- 3- قد يستفيد من الدراسة الحالية العاملون في منظمات المجتمع المدني. والمؤسسات النفسية والاجتماعية لوضع استراتيجيات علمية للحد من التعصب والانقسام السياسي وتعزيز مبادئ الشفافية والاحترام بين كافة أبناء المجتمع الفلسطيني.
- 4- قد تفيد نتائج الدراسة القائمين على التعليم الجامعي في تحديد أدوار ومهام الجامعة في مواجهة التعصب الحزبي والانقسام السياسي.
- 5- افتقار المكتبة الفلسطينية للدراسات التي تناولت الموضوع. رغم أن قضية التعصب الحزبي والانقسام السياسي ظاهرة بوضوح من خلال آثارها السلبية في المجتمع.

حدود الدراسة

الحد الموضوعي: اقتصرت الدراسة بناء تصور مقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.

الحد المؤسسي: جامعات محافظات غزة الكبرى (الاسلامية -الأقصى - الأزهر).

الحد المكاني: محافظات غزة /فلسطين.

الحد الزمني: تم تطبيق الشق الميداني من هذه الدراسة في نهاية الفصل الأول من العام ٢٠٢٠/٢٠٢١م.

مصطلحات الدراسة

التعصب: التشدد وأخذ الأمر بشدة وعنف وعدم قبول المخالف ورفضه. والأنفة من أن يتبع غيره ولو كان على صواب منه. أيضا هو نصرته قومه أو جماعته أو من يؤمن بمبادئه سواء كانوا محققين أو مبطلين . وسواء كان وا ظالمين أو مظلومين (حسني ومحمد. ٢٠١٠م: ٩).

وعرفه بركات (٢٠١٠م: ٤) بأنه " شكل من أشكال التعصب العام الذي يتمثل بانتماء الفرد لجماعة سياسية أو دينية أو اجتماعية أو أيديولوجية معينة. ويتمثل المبادئ الأساسية لهذه المجموعة بحيث يدافع عنها ومنكرا كل المبادئ التي تخالفها في جماعات أخرى سواء كانت سليمة أم خاطئة "ويتبنى الباحثان هذا التعريف كتعريف إجرائي للبحث.



الانقسام السياسي: يعرفه الزبيدي (٢٠١٦م) هو حالة تغير في شكل الجماعة السياسية أو في جوهرها أو الاثنين معاً. وهو تراكم لصراع يبدأ مستتراً حول قضايا محددة. يتحول إلى صراع علني. مما يصعب الوصول إلى اتفاق بين طرفيه. ويعرف الباحثان اجرائياً: حالة من الصراع السياسي بين حركتي فتح وحماس قد بلغت ذروته في حزيران ٢٠٠٧. أدى إلى زيادة الاحتقان بينهم والاصطدام بشكل مباشر أفضى إلى سيطرة حماس على قطاع غزة. وسيطرة فتح على الضفة الغربية أدى إلى انقسام شطري الوطن.

الأدب النظري والدراسات السابقة

أولا /الأدب النظري

إن واقع الحياة ونمط العيش في المجتمع الفلسطيني وما يشهده من حالة التمزق والتشرذم والتفسخ في نسيج العلاقات الاجتماعية. التي انعكست على كل مظاهر الحياة في المجتمع الفلسطيني. وهذا نتيجة للتعصب الحزبي. والانغلاق الفكري ورفض الآخر التي يحياها المجتمع الفلسطيني.

ويعاني المجتمع الفلسطيني. منذ سنوات عديدة من الانقسام السياسي. بين كافة أطراف الشعب الفلسطيني والذي أدى إلى ظهور التعصب بكافة أشكاله ولعل من أهمها التعصب الحزبي الذي أصاب شرائح المجتمع المختلفة و أدى إلى تكريس الانقسام وما تلاه من مفاهيم أثرت على النسيج والتماسك الاجتماعي والتي ما ازل الشعب الفلسطيني يعاني منها.

العوامل التي تؤدي إلى التعصب

أولا :العوامل الشخصية "المرتبطة بالفرد مباشرة" وتشمل:

1-الإحباط والعدوان : في بعض دراسات علماء النفس يتضح أن الإحباط الذي يولد عدواناً من الممكن أن يساعد في تكوين الاتجاهات التعصبية؛ ذلك أن العدوان قد لا يرتبط منطقياً بالموقف المحبط. بل من الممكن أن ي ا زح هذا العدوان إلى جماعة معينة. فتكون فرصة لتكوين اتجاه تعصبي يبرز هذا العدوان (صافي. ٢٠٠٧م: ٥١).

2-الحاجات الشخصية: ومن الحاجات الشخصية الملحة. حاجة الفرد للأمن والطمأنينة. الأمر الذي قد لا يتحقق لدى بعض الجماعات إلا من لفظ ورفض الاختلاط بأعضاء



الجماعة الخارجية. محافظا بذلك على حدود مطمئنة بينه وبينهم. وذلك عن طريق التعصب والتحامل (عبد الرحمن. ٢٠٠١م: ١٢٦).

3- السمة التسلطية: إن قيم الشخصية المتسلطة والطريقة التي يتفاعل بها. يبدو أنها تساعد على تكوين التعصب نحو جماعات خارجية؛ فعادة ما نجد أنها تؤكد أي الشخصية التسلطية على القوة والسلطة والمركز والسيادة. لذلك فإن كبت عدوانيتها. وتعصبها نحو الجماعات الخارجية يعطي مخرجا ومتنفسا لهذه العدوات (الأشول. ١٩٩٩م: ١٣٧).

المظاهر الدالة على التعصب

أورد زهران (٢٠٠٣م: ٦٧) أن للتعصب مظاهر للتعصب منها:

- ١- الحديث الذي يغلب عليه طابع الاثارة.
- 2- عدم إعطاء الفرصة للآخرين للتعبير عن آرائهم والحديث مهم.
- 3- التشدد في الرأي وعدم أخذ المواقف ببساطة .
- 4- إقناع للآخرين يتسم بالعنف والغلبة .
- 5- عدم إعطاء الفرصة للآخر للاشتراك معه في عمل ونشاط إذا لم يكن ينتمي الي عقيدته وفكره وحزبه .

مظاهر وأشكال التعصب

1. **التعصب الحزبي :** وهو التعصب للفئة أو الحزب أو الجماعة التي ينتسب إليها الفرد والانتصار لها بالحق والباطل واضفاء صفة العصمة والقداسة عليها. وذكر مزاياها ومحاسنها ومهاجمة غيرها بذكر عيوبها وسيئاتها. ويعظم حزبه ويحتقر غيره (الدمخي. ٢٠٠٥م: ٣).

2. **التعصب القومي :** وهو الانتصار للقومية التي ينتسب إليها لمجرد القومية. كما تعصب الأتراك لقوميتهم في زخر الخلافة العثمانية وكما تعصب العرب لقوميتهم. مقابل هذا التعصب وحروب القوميات لا تخطئ على الناظر وقد تقع في البلد الواحد.

3. **التعصب المذهبي :** هذا التعصب الذي فرق المسلمين وجعل لهم أربعة منابر في الحرم المكي حول بيت الله. ومنع الشافعي يصلي خلف الحنبلي. والحنبلي خلف المالكي.



وأغلق باب الاجتهاد في وجه الأمة. والتعصب الطائفي الذي أشعل نار الفتنة والقتال بين طوائف الأمة كتعصب الخوارج ضد الصحابة وقتالهم.

4. **التمييز العنصري** : بسبب الجنس كتمييز الذكور ضد الإناث. أو اللون كتمييز الأبيض ضد الأسود أو الأرض والوطن كالتمييز الحاصل ضد المهاجرين أو اللاجئين. أو القبيلة كالتمييز ضد أبناء القبائل الأخرى واحتقارهم.

5. **التعصب الفكري** : وهو رفض فكر الآخر وعدم قبوله والاستماع إليه وترك التجرد والإنصاف في الحكم عليه والتشديد في التعامل معه ونقده بلاذع الصور وتكوين صورة واطار معين لفكر المخالف مشوبة . (بكثير من الأخطاء والمغالطات لأنها قائمة على أسس واهية من التعصب والتحجر (الدمخي. 2001:3).

ويرى الباحثان من العوامل التي تؤدي الى التخفيف من حدة التعصب الحزبي ومواجهته هو وجود قيم سامية تؤثر في النسيج والترابط الاجتماعي الفلسطيني من خلال غرس هذه القيم بين جميع أطراف المجتمع الفلسطيني والتعليم التعاوني وهو يعتبر من أفضل الطرق لمحاربة التعصب الحزبي. حيث وجب على الطلاب أن يتعلموا ويتعاونوا مع بعضهم لفهم المشاكل والتواصل مع بعضهم البعض. وبث الروح المعنوية بين أفراد المجتمع. عن طريق التربية و التنشئة الاجتماعية منذ الطفولة المبكرة. وإشراك الفرد في عضوية جماعة ليس فيها تعصب. وإصلاح الجماعات التي يصدر منها التوتر. نشر مبادئ الديمقراطية الصحيحة بين كافة أطراف المجتمع. لتعزيز الاطمئنان. والعمل على ترسيخ مبدأ حرية الرأي و تقبل الأفكار الحزبية المختلفة.

وأورد العساف. وخلف الله (٢٠١٤م:٣٦) إن تقبل أفكار الآخرين هو أول خطوات العلاج سيما وأنها تعالج عقائد. وانما هي أفكار تحتل الصواب والخطأ. ويمكن أن نسهم في تعزيز الصائب منها وتوضيح الخطأ بأسلوب حضاري يستند للحجة والبرهان دونما تجريح أو تشهير. وانتهاج الحوار وتبادل الأفكار كأسلوب أوجد في مناقشة القضايا والمشكلات التي تثير التعصب الحزبي. وأيضا العمل على توحيد الجهود الوطنية لمواجهة التعصب الحزبي ب وضع القضية الفلسطينية على سلم الأولويات في غايات جميع الأحزاب بتشكيل مجلس أو لجنة تحتضن جميع الأحزاب لتضع برنامجاً مشتركاً متوافقاً يوحد الخطاب الوطني لكافة ممثلي القوى الفلسطينية. ويخدم مشروع فلسطين كوحدة واحدة.



ثانياً: مبادئ المواطنة

تشكل المواطنة في كل مجتمع انعكاساً حقيقياً للثقافة و الوعي السياسي الجمعي داخل كل مجتمع. وربما يمكن القول أنها تمثل أفضل مظاهر الثقافة و الوعي السياسي.

ويحتل مفهوم المواطنة موقعاً مهماً ومحورياً في الفكر القانوني والدستوري المعاصر. حيث تشكل المواطنة شخصية اعتبارية تتضمن حقوق وواجبات وتمثل أحد أهم الأعمدة الرئيسة للنظريات السياسية والدستورية الحديثة. لذا فالفكر السياسي الحديث يعتمد في البناء القانوني على مفهوم المواطنة. ويحدد لها مجموعة من الإجراءات والاعتبارات لأن تطوير واقعنا السياسي مرهون بقدرتنا على بلورة مفهوم المواطنة على المستوى النظري والمستوى العملي. وتوفير المناخ السياسي والقانوني والتربوي كي يتحول هذا المفهوم إلى حقوق وواجبات في ربوع المجتمع (غلاب. ١٩٩٨م: ١٦)

فالشباب هم عماد أي بلد. وضعف المشاركة السياسية في صفوف الشباب أمر مهم وخطير. يتطلب إعادة النظر في بعض المنطلقات الأساسية للتربية المدنية وخاصة ما يتعلق بالآتي (مكروم. ٢٠٠٤م: ٤٨).

أولاً : تعميم المواطنة في سلوك الشباب.

ثانياً : مكانة الشباب في النسيج الاجتماعي للدولة والدور المأمول في دعم حاضر البلد ومستقبله. (عبد الستار. ٢٠٠٤م: ٣٠).

محاور المواطنة

تدور عملية التربية للمواطنة حول محاور عديدة تتفاوت في درجة أهميتها من مجتمع إلى آخر. وان كان الهدف من كل المحاور هو تقوية الانتماء والولاء للوطن وغرس القيم والاتجاهات الايجابية لدى الفرد من المؤسسات التربوية المختلفة التي تؤثر في أفراد المجتمع ويمكن تحديد أهم المحاور التي تركز عليها التربية الوطنية فيما يلي:



(علي. ٢٠٠٣م: ٢٦-٢٨). إكساب الفرد الشعور بالولاء والانتماء للوطن وارتباطه بجماعة سياسية تتمثل في الافتخار بالانتماء إلى تلك الجماعة.

- القيم السياسية العليا وتلعب المواطنة دوراً هاماً في تقوية علاقة الفرد بالنظام السياسي وتحديد الأولويات الاجتماعية والسياسية التي تهدف إلى ترسيخ واستقرار الأمن الوطني.
- إكساب الفرد الثقة في النظام السياسي الذي يحكمه. وذلك طبقاً للعقد الاجتماعي المبرم بينهم. صحيح أن العقد ليس مادياً. لكنه معنوياً يدور حول تنازل المواطنين عن بعض حقوقهم للسلطة السياسية لتمثيلهم في القضايا العامة وتسييس شئون حياتهم.
- غرس القيم التي ينتج عنها الحفاظ على الممتلكات العامة والمصلحة العامة.
- الأعداء والأصدقاء فالمواطنة تهدف إلى تبصير الأفراد بمن هو عدو الدولة ومن هو صديق لها. وهذا المحور ليس ثابتاً فهو متغير يختلف باختلاف الظروف السياسية المحيطة بالدولة والمواطنين.
- تنمية الروح القومية التي ينتمي إليها الوطن. وشرح أهم القضايا القومية التي تدور حول السياسة الخارجية للبلاد. لخلق وعي عام للدفاع عنها إذا أصابها مكروه.
و عليه يمكن القول أن المواطنة تتطلب من أجل كمالها سلوكاً حضارياً. وبمعنى أدق توافق آراء تشكل أساس السلوك الحضاري بمعنى أن تكون متحضراً. مؤدباً. محترماً. راكزاً. ك ابحاً للغضب تجاه الآخرين. ويعد مفهوم المواطنة بمثابة المدخل الحقيقي لفهم ماهية الديمقراطية وكيفية ممارستها. والبعد عن التعصب الحزبي.

ثانياً: الانقسام السياسي الفلسطيني

شهد المجتمع الفلسطيني ويلات الانقسام استمرت أكثر من ١٣ عام؛ رغم كثرة مبادرات المصالحة التي طرحتها جهات فلسطينية محلية وأوربية وأخرى عربية. ولما كانت المخاطر التي تعترض القضية الفلسطينية لا تحتمل استمرار حالة الانقسام. بل تتطلب تحقيق حالة من المصالحة القابلة للاستمرار؛ والقادرة على بناء نظام سياسي فلسطيني يجمع كل أطراف العمل السياسي الفلسطيني. ويُمكن المجتمع الفلسطيني بكل أطيافه من التحرك نحو تحقيق أهدافهم بالحري والاستقلال.

حيث بدأ الانقسام السياسي في المجتمع الفلسطيني في عام ٢٠٠٦م وذلك بعد فوز حركة حماس في الانتخابات التشريعية. وسيطرتها على قطاع غزة في منتصف عام ٢٠٠٧م؛ مما أدى لانقطاع التواصل بين الضفة الغربية وقطاع غزة. لتتشكل عقب ذلك



حكومتين بقيادتين على أرض فلسطين. إلا أنه من الممكن وبقراءة فاحصة لواقع المجتمع الفلسطيني الوصول لمنظور أبعد للانقسام السياسي لما جرى في حزيران ٢٠٠٧م. إذ يكاد يكون أعمق من مجرد خلاف أو صراع سياسي بين كل من فتح وحماس. فهو أشبه ما يكون بتتويج للخلافات العميقة والمتراكمة في مواجهة النظام السياسي الفلسطيني منذ تأسيسه باعتباره مشروع لحركة فتح. ليزداد الأمر تعقيداً بوجود السلطة الوطنية الفلسطينية. حتى انتهى الأمر بالانفجار الذي صاحب استيلاء حركة حماس على السلطة وسيطرتها الكاملة على قطاع غزة (أبراش ٢٠٠٩).

ومن تداعيات هذا الانقسام تعرض الكثير من أفراد الشعب الفلسطيني إلى سلسلة من الاعتقالات السياسية. وسعيهم للهجرة خارج الوطن. ولعل من أبرز المشاكل التي عانى منها أبناء فلسطين في قطاع غزة تحديداً ذلك الحصار المفروض عليها منذ سنوات. مما أدى إلى تفاقم الفقر وارتفاع نسبة البطالة. الأمر الذي هز ثقتهم وانتماهم لوطنهم. مما أدى لشعورهم بالغربة على أرضهم. لاسيما الاغتراب السياسي؛ الذي يعتبر ظاهرة اجتماعية تظهر بعمق لدى الأزمات المجتمعية. فهي مرتبطة بحالات التفكك الاجتماعي والثقافي. وظهور الطائفية والطبقية والتبعية (بركات. ٢٠٠٦).

واقع الانقسام الفلسطيني على المجتمع الفلسطيني

عاش المجتمع الفلسطيني منذ اتفاق أوسلو ثنائية حادة واستقطاباً بين فصيلين مختلفين. وأيدولوجيتين متمثلة في توجهين أو برنامجين سياسيين يمكن تلخيصهما؛ بالتنسوية السياسية (النضال السياسي) والمقاومة المسلحة ويمثلها النضال العسكر وهو ما شكل عائقاً حقيقياً أمام جميع محاولات القراءة التحليلية للواقع الفلسطيني و الذي تجسد باستبعادها للكثير من الفصائل والقوى و الشرائح التي مازالت فاعلة على أرض الواقع وفي الحقول السياسية و الاجتماعية والثقافية والاقتصادية. وقد عبر الكثيرين عن هذه الثنائية بالعديد من المسميات مثل نهج المقاومة التنسوية السلطة والمعارضة. فتح وحماس. الإسلامي والعلماني. الفساد والإصلاح. الاستسلام و الممانعة و العقلاني والظلامي. رايات صفراء ورايات خضراء. فكانت هذه الثنائيات سبباً في ظهور صراع حاد وانقسام ومحاولات لتثويته وإقصاء ورفض الآخر. وهو ما انعكس سلباً على ازدواجية الخطاب السياسي الفلسطيني. محاول لإثبات قدرة كل طرف منهم على ضرب الآخر. وهو ما يؤكد دور اتفاق أوسلو في تعزيز مفهوم وإيجاد حالة من التصادم بين الفلسطينيين (جقمان. وآخرون. ٢٠٠٧م).



ثانيا /الدراسات السابق:

أولاً: الدراسات المتعلقة بالتعصب الحزبي.

١. دراسة الخور (٢٠١٦م): هدفت الدراسة التعرف على دور الحوار المجتمعي في الحد من التعصب السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. ومعرفة مستوى التعصب السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. والوقوف على دور الحوار المجتمعي في الحد من التعصب السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. وكانت أداة الدراسة الاستبانة للوصول إلى أهداف وفرضيات الدراسة. وطبقت الدراسة على عينة (367) من طلبة الجامعة الإسلامية وجامعة الأزهر وأظهرت الدراسة نتائج من أهمها: أن مستوى الحوار المجتمعي داخل جامعة الأزهر والجامعة الإسلامية بلغت نسبته 72 % تقريبا وهي نسبة مرتفعة. وأيضا بلغت نسبة التعصب السياسي بين طلبة جامعة الأزهر والإسلامية بلغت 68% وهي نسبة أعلى من المتوسط ومرتفعة. وأوصت الدراسة على ضرورة تبني الدولة ومؤسساتها تعزيز مفهوم الحوار المجتمعي. ودوره من الحد من التعصب السياسي. والعمل على تفعيل دور الحوار المجتمعي بين طلبة الجامعات الفلسطينية. وضرورة تبني الجامعات لمبدأ تعزيز الحوار المجتمعي والعمل على خفض حدة التعصب.

٢. دراسة سويرح (٢٠١٣م) : هدفت الدراسة إلى معرفة وقياس مستوى التعصب الحزبي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة وقياس مستوى الاتجاهات السياسية لدى الطلبة. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي للدراسة. واستخدم الاستبانة كأداة دراسة للوصول لأهداف وفرضيات الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من (500) من مجتمع الدراسة. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها : أن طلبة جامعة الأزهر لديهم تعصب مرتفع 69% وأيضا يوجد اختلاف بين مستوى التعصب للطلبة في مستوى الدراسة حيث أن طلاب المستوى الأول والثاني لديهم تعصب أقل من طلاب المستوى الثالث والرابع وتوصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها : العمل على تصميم برامج للتخفيف من حدة التوتر بين الطلبة والتقليل من الآثار السلبية للتعصب الحزبي. وأيضا العمل على تعزيز دور الجامعات للتخفيف من حدة التعصب. وتفعيل دور العائلة وتقوية الروابط الاجتماعية والوطنية.

٣. دراسة الداعور (2012): هدفت الدراسة إلى معرفة الأدوار التربوية للجامعة في مواجهة التعصب الحزبي لدى الطلبة ومن وجهة نظر الهيئة التدريسية. وذلك من خلال المنهج الوصفي التحليلي. والتعرف إلى أكثر الأدوار التربوية شيوعا التي تمارسها



الجامعة في مواجهة التعصب الحزبي لدى طلبتها. وأثر التفاعل بين متغيرات الدراسة على الدور التربوي للجامعة في مواجهة التعصب الحزبي لدى طلبتها. وقد تم تطبيق الدراسة على عينة من أعضاء الهيئة التدريسية من جامعتي الأزهر والقدس المفتوحة بغزة بلغ (205) عضو هيئة تدريسية. حيث تم جمع البيانات استبانة تكونت من (40) فقرة قسمت إلى ثلاث أبعاد (رؤية وفلسفة الجامعة. الأنشطة التربوية. الاتصال والتواصل المجتمعي) وقد أظهرت أبرز النتائج أن الوزن النسبي لممارسة الجامعة لدورها التربوي بمستوي مرتفع بلغ (26.34%) بمستوى منخفض بلغ (10.73%) في حين بلغ المتوسط الحسابي 62.73 وأظهرت الدراسة أيضا عدم وجود فروق في استجابات العينة على الاستبيان لسنوات خبرات العينة وأظهرت الدراسة عدم وجود أثر دال إحصائيا للتفاعل بين المتغيرات التصنيفية للعينة المتغيرة من أعضاء الهيئة التدريسية على الدور التربوي للجامعة في مواجهة التعصب الحزبي كدرجة للأبعاد (رؤية وفلسفة الجامعة. الأنشطة التربوية. الاتصال والتواصل المجتمعي). وقد أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بتطوير فلسفة رؤية الجامعة واعطاء المساحات الكافية لأعضاء الهيئة التدريسية بممارستها كافة أنشطتها السياسية والاجتماعية والثقافية. وتكثيف الندوات والمؤتمرات العلمية داخل الجامعة. والتي يقودها الشباب والكادر الطلابي لطرح موضوع التحزب السياسي وما يترتب عليه من تعصب.

٤. دراسة محمد (2011): هدفت الدراسة إلى بيان الحوار المجتمعي وعلاقته بالتخفيف من حدة التعصب الديني. من خلال المنهج الوصفي التحليلي مستخدما الاستبانة للمسح الشامل لأعضاء جمعية مسلم بن عقيل والبالغ عددهم (9) وبعض المتخصصين والخبراء والبالغ عددهم (8) وعينة عشوائية من المستفيدين والبالغ عددهم (50) إلى تحديد أكثر المشكلات المجتمعية المرتبطة بالتعصب الديني. والتعرف إلى الصعوبات التي قد تواجه الإخصائي الاجتماعي في التعامل مع المشكلات المرتبطة بالتعصب الديني والتوصل إلى تصور مقترح لطريقة وتنظيم المجتمع للتعامل مع هذه المشكلات. وخلصت بنتائج أهمها: أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التعصب الديني ومحل الميلاد للأهالي المتعصبين. سواء كان من الريف أو المدينة. كما وأكدت على وجود مشكلات اجتماعية مرتبطة بالتعصب الديني. وأن التعصب الديني يضعف من تحقيق المصلحة العامة للمجتمع. وأظهرت انه على الإدارة ألا يكون الأخصائيون وأعضاء مجلس الإدارة. ينتمون إلى أحد الأطراف المتنازعة لتحريك الحوار في الاتجاه الايجابي الذي يسهم في نبذ الخلافات الدينية وتقريب وجهات النظر بين الأهالي. ووجود



أنشطة تجمع الأهالي بإشراف متخصصين وتعاون القيادات المجتمعية المحلية والأخصائيين وأعضاء مجلس الإدارة وبعض القيادات للتخفيف من حدة التعصب الديني. وضرورة نبذ الخلافات بين الأطراف المتحاوره حتى يمكن التأثير على الأطراف المتنازعة. وضرورة استخدام الحوار المجتمعي في التخفيف من حدة التعصب الديني.

٥. دراسة أبو حدايد (٢٠١٠): هدفت الدراسة لمعرفة مستوى التعصب القبلي وأثره على التنمية السياسية. من خلال المنهج السلوكي. على علاقة السلوك الفصائي مع جمهور الناس وسلوك الفصيل الفلسطيني. وسيره نحو هدف التحرير المعلن واستماع الفصيل للآراء العملية. وارتباط الشعار الذي عملت به الفصائل بالحزب وبالدولة والمجتمع. ومدى تعامل الفصائل الفلسطينية فيما بينها بروح العصبية القبلية. وأظهرت نتائج الدراسة أن السلوك الفصائي الفلسطيني يتسم بالعصبية. وقد عملت هذه العصبية على منع تكوين شعور وطني موجه حالت دون إنماء الوطنية وارساء أساس ديموقراطي سليم. وكان ناتج التعصب القبلي هو اقتتال حركة حماس وفتح وكما أظهرت النتائج رفض الديموقراطية وانعدامها والانسداد في الحياة التنظيمية والانشقاقات والصدمات المستمرة فيما بينها. ومن أهم ما أوصت به الدراسة انتهاج الواقع الفلسطيني إلى الديموقراطية وانتقاد الفصائل الفلسطينية لذاتها. ويجب أن تدرك الفصائل أن أسلوب الإقصاء والتهميش يقتل الإبداع ويشوه المعرفة وأظهرت ضرورة إنهاء الانقسام. وأوصت بتكريس التعددية السياسية وتحقيق الديموقراطية واللجوء للحوار. والعمل على فصل الحزب الحاكم عن أجهزة الدولة والسلطة.

الدراسات المتعلقة بالانقسام الفلسطيني

١. دراسة عودة (٢٠١٩م): هدفت الدراسة إلى أحداث حزيران (٢٠٠٧م) في قطاع غزة وتأثيرها على المشروع الوطني الفلسطيني كما هدفت الدراسة إلى الوقوف على الرؤى و التطلعات التي يحملها الشعب. على مدى عقود. استراتيجياً وتكتيكياً للمشروع الوطني الفلسطيني بوصفه هدفاً استراتيجياً. إضافة إلى تحديد المخاطر والمشكلات التي يفرزها الانقسام الجغرافي والسياسي ما بين الضفة الغربية وقطاع غزة في حالة



استمراره على مقومات الصمود الوطني للشعب ما زال يعيش مرحلة التحرر. إلى جانب مرحلة البناء. واستخدم الباحث منهج الاستقرار الاستنتاجي واعتمد المقابلات وخلصت الدراسة للنتائج التالية: أدى الانقسام السياسي والجغرافي إلى تراجع السلطة الوطنية الفلسطينية على صعيد شرعية البناء المؤسساتي وقانونيته. ولحد من ذلك لابد إنهاء حالة الانقسام وبدء العمل على قاعدة وحدة السلطة الفلسطينية. توافق موضوع الانقسام مع الرؤية الإسرائيلية القائمة على فصل الضفة الغربية عن قطاع غزة. حيث استطاعت إسرائيل توظيف الانقسام لصالحها من خلال استثماره كنقطة ارتكاز لتخطي التمثل الفلسطيني.

٢. دراسة: زعرور (٢٠١٦م): "هدفت الدراسة التعرف إلى الأسباب التي يجب توافرها. لإحداث تنمية سياسية حقيقية وناجحة ودور قيم الاقتراق السياسي في إعاقة عملية التنمية السياسية في الضفة الغربية. والحيلولة دون الالتقاء بين فئات الشعب الفلسطيني وإعادة الوحدة السياسية بين الضفة الغربية وقطاع غزة. حيث انقسم الشعب الفلسطيني على حاله بين مريد ومعارض لقرارات السلطة الفلسطينية منذ عام (٢٠٠٦م) التي أصبحت الأخيرة بين مطرقة الاحتلال الإسرائيلي وسندان الانقسام الفلسطيني- الفلسطيني. فقد لعبت المصالح الفصائلية والشخصية في عملية الاقتراق السياسي على الساحة الوطنية دوراً بارزاً قد ساهم في الانحراف عن الهدف الوطني الأول المتمثل في المشروع الوطني الفلسطيني لتحرير فلسطين وتحقيق السيادة الفلسطينية.

٣. دراسة أبو ركة (٢٠١٦م): "هدفت الدراسة لتقديم مراجعة في مسيرة النظام السياسي الفلسطيني الناشئ عقب أوسلو في ضوء مآلاته واستناداً للوقائع التي حدثت. أي أنها مراجعة من داخل التجربة الفلسطينية. واستندت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي في قراءة الحالة الفلسطينية. إضافة لمنهج تحليل المضمون عبر استخدام عينات كاشفة وممثلة للخطاب السياسي والإعلامي الفلسطيني من قبل طرفي الانقسام. إضافة للمنهج التاريخي بوصفهم المناهج العامة لجذور التجربة في الحالة الفلسطينية. وخلصت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في الأبعاد الجامعي والحزبي وبعد جماعة الرفاق الدرجة الكلية للتنشئة السياسية لصالح الذكور. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعتي المستوى الأول والمستوى الرابع في معظم أبعاد التنشئة السياسية و الدرجة الكلية للمقياس تبعا لمتغير المستوى الجامعي.



التعقيب على الدراسات السابقة

تعددت الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية. في الوقت الذي اختلفت اتجاهات تناوله. فمنها ما تناولت التعصب الحزبي بخصوصيته مثل دراسة الداغور. (2012م). دراسة بركات (2010م). ومنها ما ارتبط بمتغيرات ذات علاقة بالانقسام السياسي الفلسطيني مثل دراسة أبوركبة (٢٠١٦م). ودراسة زعرور (٢٠١٦م). ودراسات ارتبطت بالاتجاهات التعصبية كدراسة أبو حدايد (٢٠١٠م). ودراسة محمد (٢٠١١م). واستخدمت أغلب الدراسات المنهج الوصفي التحليلي وبعضها التاريخي. واتفق بعضها مع الدراسة الحالية في استخدامها للعينة (طلبة الجامعات). مثل دراسة الخور (٢٠١٦م) ودراسة سويرح (٢٠١٣م). في حين اختلفت مع دراسات بأن العينة من أعضاء هيئة التدريس مثل دراسة الداغور (٢٠١٢م). وما يميز الدراسة الحالية عن غيرها. أنها تضع تصور مقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.

إجراءات الدراسة

يتضمن هذا الجزء من الدراسة الخطوات والإجراءات التي تمت في الجانب الميداني من حيث المنهجية المتبعة. ومجتمع وعينة الدراسة. وأداتي الدراسة. والمعالجات الإحصائية التي استخدم في تحليل البيانات لاختبار صدق وثبات أداة الدراسة. ومن ثم جمع البيانات من العينة الكلية للتوصل إلى النتائج النهائية للدراسة. وذلك كما يلي:

منهج الدراسة: استخدم الباحثان في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي. الذي يبحث عن الحاضر. ويهدف إلى تجهيز بيانات لإثبات فروض معينة تمهيداً للإجابة على تساؤلات محددة بدقة تتعلق بالظواهر الحالية. والأحداث الراهنة التي يمكن جمع المعلومات عنها في زمان إجراء البحث. وذلك باستخدام أدوات مناسبة (الأغا. ٢٠٠٢م. ٤٣).

مجتمع الدراسة: يتألف مجتمع الدراسة من طلبة الجامعات الفلسطينية الثلاثة بمحافظة غزة (الاسلامية - الأقصى - الأزهر) حيث تكون مجتمع الدراسة من (٢٧٢٦٥) طالباً للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠).



جدول (١)

تصنيف مجتمع الدراسة حسب الجامعة

الجامعة	الإسلامية	الأزهر	الأقصى
عدد الطلبة	١٠٠٠٠	٦٩١٠	١٠٣٥٥
العدد الكلي	٢٧٢٦٥		

المصدر: الشئون الأكاديمية في الجامعات الفلسطينية. ٢٠١٩م

عينة الدراسة الاستطلاعية: التي تهدف التأكد من سلامة وصلاحية الأداة المستخدمة في الدراسة. من خلال حساب الصدق والثبات. حيث قام الباحثان بتطبيق أداة الدراسة على عينة عشوائية من طلبة الجامعات بلغت (٣٥) طالباً.

ثالثاً: عينة الدراسة : تم تحديد عينة الدراسة من حيث طريقة اختيار العينة الطبقية العشوائية حسب الجامعات وحجمها كما يأتي:

1. حجم العينة:

تم تطبيق قانون حجم العينة الإحصائي. حيث بلغ حجم العينة (٣٨٠) طالباً. وتم حساب حجم العينة حسب القانون الآتي:

$$Sample\ Size = \frac{\frac{Z^2 \times p(1-p)}{e^2}}{1 + \left(\frac{Z^2 \times p(1-p)}{e^2 N} \right)}$$

حيث إن:

P: نسبة الحد الأقصى لتوافر الخصائص المطلوب دراستها في أي مجتمع ويعتبرها الباحثون غالباً (٥٠%).

α : نسبة الخطأ المسموح به. ويعد غالباً (٠,٠٥).

Z: الدرجة المعيارية المقابلة لمعامل الثقة الذي تم اختياره وهو (٠,٩٥).



وبذلك تكون الدرجة المعيارية المقابلة له (١,٩٦).

حجم مجتمع الدراسة (٣٨٠) طالباً. N :

جدول (٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
ذكر	186	48.9%
أنثى	149	51.1%
المجموع	380	%100

جدول (٣)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الجامعة

الجامعة	العدد	العدد الكلي
الإسلامية	140	٣٨٠
الأزهر	96	
الأقصى	144	

جدول (٤)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	العدد	النسبة المئوية %
الأول	80	21.1%
الثاني	75	19.7%
الثالث	103	27.1%
الرابع	122	32.1%
المجموع	380	%100

جدول (٥)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الانتماء التنظيمي



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

م	البيان	العدد	النسبة
الانتماء التنظيمي			
١	نعم	٨٥	٢٢,٤ %
٢	لا	٢٩٥	٧٧,٦ %
المجموع		٣٨٠	١٠٠ %

أداة الدراسة: قام الباحثان ببناء استبانة يتكون في صورته النهائية من (41) فقرة تقيس الحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. وقد توزعت فقرات الاستبانة على أربعة مجالات على التوالي. وهي كما يلي:

جدول (٦)

مجالات الاستبانة وعدد فقرات كل مجال

م	مجالات الاستبيان	عدد الفقرات
١	المواطنة	١٠
٢	الانتماء الوطني	١٠
٣	سياسة الجامعة	١١
٤	التواصل مع المجتمع	١٠
الاستبانة ككل		٤١

حيث قام الباحثان بالاطلاع على الأدبيات التربوية من كتب ورسائل جامعية وملخصات أبحاث متخصصة والاستفادة من استبانات بعض الدراسات ذات العلاقة بموضوع الدراسة. ومن ثم تصنيف الفقرات على المجالات الرئيسة.

صدق وثبات الاستبيان

١- الصدق:

أ. **صدق المحكمين:** تم التحقق من صدق المحكمين. وذلك بعرض الصورة الأولية التي تكونت من (٤٦) فقرة على (١٠) محكمين من الزملاء المختصين في المجال التربوي. وعلم الاجتماع السياسي حيث تم التأكد من مدى انتماء كل فقرة إلى المجال ومدى



مناسبتها وسلامة اللغة. حيث تم استرداد (٩) من الملاحظات فقط. وفي ضوء الملاحظات التي أبداه المحكمون تمت إعادة صياغة بعض الفقرات وحذف بعضها لتصبح مكونة من (٤١) فقرة في صورتها النهائية.

ب. صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثان بتطبيق الاستبانة على العينة الاستطلاعية العشوائية من مجتمع الدراسة الأصلي بهدف حساب صدق وثبات الأداة. ولحساب صدق الاتساق الداخلي؛ تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل مجال من مجالات الاستبانة. والجدول التالي يبين ذلك:

جدول (٧)

يبين ارتباطات درجات فقرات كل مجال مع الدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	0.716	دالة عند ٠,٠١	٢٥	0.620	دالة عند ٠,٠١
٢	0.333	دالة عند ٠,٠١	٢٦	0.680	دالة عند ٠,٠١
٣	0.700	دالة عند ٠,٠١	٢٧	0.747	دالة عند ٠,٠١
٤	0.646	دالة عند ٠,٠١	٢٨	0.692	دالة عند ٠,٠١
٥	0.765	دالة عند ٠,٠١	٢٩	0.825	دالة عند ٠,٠١
٦	0.763	دالة عند ٠,٠٥	٣٠	0.725	دالة عند ٠,٠١
٧	0.540	دالة عند ٠,٠١	٣١	0.307	دالة عند ٠,٠١
٨	0.702	دالة عند ٠,٠١	٣٢	0.480	دالة عند ٠,٠٥
٩	0.772	دالة عند ٠,٠١	٣٣	0.715	دالة عند ٠,٠١
١٠	0.356	دالة عند ٠,٠٥	٣٤	0.462	دالة عند ٠,٠١
١١	0.834	دالة عند ٠,٠١	٣٥	0.863	دالة عند ٠,٠١
١٢	0.736	دالة عند ٠,٠١	٣٦	0.978	دالة عند ٠,٠١
١٣	0.784	دالة عند ٠,٠٥	٣٧	0.159	دالة عند ٠,٠١



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١٤	0.759	دالة عند ٠,٠١	٣٨	0.679	دالة عند ٠,٠١
١٥	0.729	دالة عند ٠,٠١	٣٩	0.387	دالة عند ٠,٠٥
١٦	0.980	دالة عند ٠,٠١	٤٠	0.915	دالة عند ٠,٠١
١٧	0.794	دالة عند ٠,٠١	٤١	0.875	دالة عند ٠,٠١

ر الجدولية عند درجة حرية (٣٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠١) $= ٠,٣٩٣$

ر الجدولية عند درجة حرية (٣٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) $= ٠,٣٠٤$

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين الفقرات والمجموع الكلي للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١ . ٠,٠٥). وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثبات الاستبانة

تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام طريقتي معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

١- طريقة التجزئة النصفية

تم احتساب درجة النصف الأول لكل محور من محاور الاستبانة وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون فكانت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل (٠,٩٧٨) وكان بعد التعديل فوق (٠,٩٨٠) وهذا يدل على أن المقياس تتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

٢- طريقة ألفا كرونباخ

تعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات مواقف الاستبانة. وتوضيح مدى التجانس بين فقرات الاستبانة. وتحديد مدى استقرار استجابة المبحوث على مفرداتها لذا قام الباحث بحساب معامل الثبات لكل مجال. ثم قام بحساب معامل ثبات الاستبانة ككل. والجدول التالي يوضح قيم معامل ألفا كرونباخ لكل مجال والدرجة الكلية للاستبانة.



جدول (٨)

يبين معامل ألفا كرونباخ لكل مجال والدرجة الكلية للاستبانة

متوسط الارتباط	قيمة ألفا	عدد الفقرات	
0.750	0.913	10	المواطنة
0.725	0.916	10	الانتماء الوطني
0.761	0.939	11	سياسة الجامعة
0.732	0.923	10	التواصل مع المجتمع
0.746	0.962	41	الدرجة الكلية

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لقد قام الباحثان بتفريغ وتحليل الاستبانة من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- ١- معامل ارتباط بيرسون "Person".
 - ٢- لإيجاد معامل ثبات الاستبانة تم استخدام معامل ارتباط سييرمان بروان للتجزئة النصفية المتساوية. ومعادلة جتمان للتجزئة النصفية غير المتساوية. ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ.
 - ٣- التكرارات والمتوسط الحسابي والنسب المئوية.
 - ٤- اختبار T
- عرض وتفسير نتائج الدراسة:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول الذي ينص على: ما المستويات التقديرية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي؟

قام الباحثان بحساب المتوسط الحسابي والإجمالي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على المجالات والدرجة الكلية للاستبانة كما في الجداول التالية:

جدول (9)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة على الاستبانة لكل



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المجال	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
المواطنة	10	1.865	0.20	3
الانتماء الوطني	10	1.894	0.14	2
سياسة الجامعة	11	1.942	0.15	1
التواصل مع المجتمع	10	1.819	0.21	4
الدرجة الكلية	41	1.890	0.09	

يتضح من خلال الجدول السابق أن المتوسط الإجمالي للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية يساوي (1.890) وهو بدرجة متوسطة. وكذلك المتوسط الحسابي للمجالات كل على حدة هي أيضاً جميعها تدل على مستوى متوسط. وقد يعزى السبب في ذلك إلى عدم تجاوب طرفي الانقسام للحوار البناء والديموقراطية. وقد احتل مجال (سياسة الجامعة) على المركز الأول بمتوسط (1.942). في حين احتل مجال (التواصل مع المجتمع) على المركز الأخير بمتوسط (1.819). وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن الممارسات الأكاديمية متعلقة بإدارة الجامعة وطبيعة انتماؤهم. كما أن مجال (التواصل مع المجتمع) له خصوصيته لوجود التنافر الحاد بين الأحزاب المتناحرة في الشارع الفلسطيني ودرجة الاحتقان بينهم وانقسام الشارع الفلسطيني بعد الانقسام السياسي عام 2007 م. وهذا ما يختلف مع ما جاءت به دراسة الداعور (٢٠١٢) التي احتل فيها مجال التواصل مع المجتمع على المرتبة الأولى. وفلسفة الجامعة وسياستها على المرتبة الأخيرة. وفيما يخص المجالات كل على حدة. قام الباحث باستخراج التكرارات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. والنسب المئوية لجميع فقرات الاستبانة. وهي مفصلة تحت مجالاتها. كما هو موضح في الجداول التالية:

النتائج المتعلقة بالمجال الأول (المواطنة)



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

جدول (10)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على فقرات المجال الأول

م	الفقرات	س-	ع	الترتيب
١.	ألبي نداء الوطن وأدافع عنه في معظم المواقف.	2.57	0.62	1
٢.	أحترم أنظمة الجامعة المعمول بها.	1.21	0.40	5
٣.	أرى أن حرية التعبير عن الرأي لها حدود.	1.22	0.41	10
٤.	أرى ضرورة مشاركة الطلبة بصنع القرار.	2.35	0.78	2
٥.	أناقش الأفكار السياسية وأفهمها.	2.24	0.73	3
٦.	أهتم بتقديم المساعدة لمن يحتاجها.	2.06	0.76	4
٧.	أعتقد ضرورة التعاون مع الأجهزة الأمنية والشرطية.	1.75	0.79	7
٨.	أنظر بإيجابية نحو المؤسسات الشرطية والأمني.	1.47	0.49	9
٩.	تقوم جامعتي بحل مشكلات الطلبة الاقتصادية من خلال توفير الحلول المناسبة	1.96	0.73	6
١٠.	تعمل الجامعة على تأصيل ثقافة التعدد و التنوع الحزبي وقبولها	1.72	0.72	8

يتضح من نتائج الجدول السابق أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في مجال (المواطنة) يعتبر متوسطاً. حيث كانت أعلى الفقرات كما يلي: الفقرة رقم " 1 "ألبي نداء الوطن وأدافع عنه في معظم المواقف " الأعلى بمتوسط حسابي (2.57) ويعزو الباحثان ذلك أن ما يميز الشعب الفلسطيني حبه وانتماؤه لوطنه ولقدسيته رغم قسوة الظروف المحيطة به و الاحتلال الاسرائيلي فإن الانقسام له تأثير كبير على المواطنة رغم ذلك ينتمي هذا لشعب لموطنه ويجب التكيف على ذلك.

وكانت أدنى الفقرات. الفقرة رقم " 2 " أرى ضرورة مشاركة الطلبة بصنع القرار. " بمتوسط حسابي (1.21) ويعزى السبب في ذلك إلى أن الجامعة في محافظات غزة جميعها تتبع أحزاباً سياسية إسلامية – اشتراكية. حتى الحكومية منها تتبع تيار النظام الحاكم كل هذا يؤثر على صنع القرار والتعددية الفكرية وغياب الديمقراطية.

النتائج المتعلقة بالمجال الثاني (الانتماء الوطني)

جدول (11)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على فقرات المجال الثاني



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

م	الفقرات	س-	ع	الترتيب ب
١.	أرغب في المشاركة الفاعلة بالمناسبات الوطنية داخل وخارج الجامعة	1.6 5	0.4 7	6
٢.	الانتخابات الدورية في مجلس الطلبة تعزز الانتماء الوطني لدي.	1.3 2	0.4 9	8
٣.	افتخر وأعتز بهويتي الفلسطينية رغم الظروف	2.5 8	0.6 1	1
٤.	اشجع مبادرات الطلبة التي تقوي الانتماء للوطن	1.7 7	0.7 1	5
٥.	يسعدني أن تتشكل وحدة وطنية فلسطينية في اقرب وقت ممكن.	2.5 7	0.4 9	2
٦.	أشعر بالفخر والاعتزاز أنني فلسطيني على الرغم من الظروف التي أعيشها	2.4 9	0.7 6	3
٧.	أفضل العمل داخل الوطن رغم قلة الأجور	1.2 9	0.4 6	9
٨.	ينبغي أن أوافق مع رأي الجماعة وأن أخالف ذلك رأيي	1.2 7	0.6 0	10
٩.	المشاركة في العمل التطوعي واجب لا بد من القيام منه	1. 63	0.7 5	7
١٠.	أحرص دائماً على المحافظة على ممتلكات الجامعة والوطن.	2. 05	0.4 8	4

يتضح من نتائج الجدول السابق أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (الانتماء الوطني) يعتبر متوسطاً. حيث كانت أعلى الفقرات كما يلي: الفقرة رقم " 3 " افتخر وأعتز بهويتي الفلسطينية رغم الظروف " الأعلى بمتوسط حسابي (2.58) ويعزى السبب في ذلك أن طبيعة التنشئة الاجتماعية التي تقوم عليها الأسرة الفلسطينية تدعو إلى حب الوطن رغم قساوة الظروف التي تعصف بهم والمدرسة والجامعة تغرس في قلوبهم الحب والانتماء للوطن والطبيعة الاسلامية للمجتمع الفلسطيني تدعو إلى ذلك. وكانت أدنى الفقرات. الفقرة رقم " 8 " ينبغي أن أوافق مع رأي الجماعة وأن أخالف ذلك رأيي بمتوسط حسابي (1.27) ويعزو الباحثان ذلك أن الشعب قدم الكثير من التضحيات جراء ممارسة العنجهية الصهيونية. ويجب أن يكون انتماؤه لوطنه لذلك ينبغي أن يكون للشباب الجامعي الرأي



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٣-٢٤/٢٠٢٠)

والمعرفة الفكرية ليعلم الحق والباطل لكل الحزبية والعقلية الفكرية تحول دون ذلك .
ومن يخالف رأي الجماعة قد يترجم بأنه إساءة للحزب أو التنظيم المحسوب على هذه
الجماعة.

النتائج المتعلقة بالمجال الثالث (سياسة الجامعة)

جدول (12)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على فقرات المجال الثالث

م	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
١.	تشجع الجامعة على إعداد دراسات علمية خاصة بمكونات الأحزاب السياسية وأيديولوجياتها	2.59	0.63	1
٢.	تؤمن الجامعة بالتعددية الحزبية.	1.22	0.42	11
٣.	تسمح الجامعة لكافة الأحزاب ممارسة نشاطها داخل الجامعة	1.21	0.43	10
٤.	تشارك الجامعة في ندوات سياسية تناقش التعصب الحزبي وسلبياته.	2.37	0.79	2
٥.	توضح الجامعة موقفها تجاه الآثار السلبية للتعصب الحزبي.	2.26	0.74	3
٦.	تصدر الجامعة نشرات توضح نصوص المواثيق المرتبطة بتعدد الأحزاب.	2.06	0.76	4
٧.	تقيم الجامعة مهرجانات سياسية تناقش التطورات السياسية بشكل محايد.	1.75	0.79	7
٨.	تدعو الجامعة أطراف سياسية مختلفة للمشاركة في ندوات سياسية.	1.47	0.49	9
٩.	تحفز الجامعة موظفيها على المشاركة السياسية من خلال المواقع الالكترونية.	1.96	0.79	6



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

١٠.	تسمح الجامعة لموظفيها بالتطرق في المحاضرات إلى ايجابيات وسلبيات الأحزاب السياسية.	1.72	0.73	8
١١.	تحت الجامعة طلبتها على المشاركة السياسية والفعالة من خلال وسائط الإعلام المتعددة داخل الجامعة.	1.98	0.72	5

يتضح من نتائج الجدول السابق أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (سياسة الجامعة) يعتبر متوسطاً. حيث كانت أعلى الفقرات كما يلي: كانت الفقرة رقم "1" تشجع الجامعة على إعداد دراسات علمية خاصة بمكونات الأحزاب السياسية وأيديولوجياتها" الأعلى بمتوسط حسابي (2.59) ويعزى السبب في ذلك تشجع الجامعة على إعداد دراسات علمية خاصة بمكونات الأحزاب السياسية وأيديولوجياتها. وكانت أدنى الفقرات. الفقرة رقم "2" تؤمن الجامعة بالتعددية الحزبية. "بمتوسط حسابي (1.22) ويعزو السبب أن الجامعات الفلسطينية فيها تعدد الأحزاب التنظيمية بكافة أشكالها.

النتائج المتعلقة بالمجال الرابع (التواصل مع المجتمع)

جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على فقرات المجال الرابع

م	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
١.	ترفض الجامعة فلسفة سيطرة الحزب الواحد على الأداء الجامعي.	٧1.0	٦0.2	10
٢.	تبني الجامعة جسوراً تعاونية مع جامعات أخرى مختلفة أيديولوجياً	2.11	0.87	4
٣.	تشارك الجامعة في مناسبات حزبية باختلاف الألوان السياسية.	1.89	0.85	6
٤.	يمتد نشاط الجامعة إلى المؤسسات المجتمعية والوجهاء والعشائر كنوع من توحيد الصف الوطني.	2.09	0.72	5



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

٥.	توعي الطلبة بأهمية الانتماء الديني والوطني بعيدا عن الانتماء الحزبي.	1.23	0.42	9
٦.	تنظم الجامعة حملات توعية ومساندة لأبناء الشعب بعد كل اعتداء إسرائيلي.	2.27	0.78	2
٧.	تشجع الجامعة طلبتها على المشاركة في المناسبات الوطنية المختلفة.	2.64	0.49	1
٨.	تسهم الجامعة بالتعاون مع المؤسسات الإعلامية في تقديم برامج تحث على سياسة الوطن الواحد.	1.46	0.67	7
٩.	توفر الجامعة مرافقها لخدمة المناسبات الوطنية بغض النظر عن منظمي هذه المناسبات.	1.38	0.48	8
١٠.	تتبنى الجامعة الدور الديني والقيمي كأساس للحكم على نشاط الأحزاب فيها.	2.19	0.81	3

يتضح من نتائج الجدول السابق أن المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (التواصل مع المجتمع) يعتبر متوسطاً. حيث كانت أعلى الفقرات كما يلي: الفقرة رقم " 7 " تشجع الجامعة طلبتها على المشاركة في المناسبات الوطنية المختلفة. "الأعلى بمتوسط حسابي (2.62) ويعزى السبب في ذلك إلى أن المشاركة في المناسبات الوطنية المختلفة ليس لها علاقة بالتعصب الحزبي والانقسام السياسي لأن أغلب المناسبات الوطنية تجتمع عليها جميع شرائح الوطن. كما أن مشاركة الجامعة للمجتمع في المناسبات الوطنية يمثل هدفاً من أهداف التعليم العالي. وكانت أدنى الفقرات. الفقرة رقم " 1 " ترفض الجامعة فلسفة سيطرة الحزب الواحد على الأداء الجامعي. "بمتوسط حسابي (1.07) ويعزى السبب في ذلك إلى أن سياسة بعض الجامعات تعتمد على الحاجة في التخصصات أكثر من حاجتها إلى الانتماءات السياسية والحزبية وترفض سياسة السيطرة على صناع القرار في الجامعة لسيير العملية التعليمية بشكل مميز وصحيح. وهذا ما يتفق مع ما جاءت به دراسة (الخور. ٢٠١٦).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني الذي ينص على

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقديرات عينة البحث من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية تعزى إلى المتغيرات (الانتماء التنظيمي. المستوى الدراسي)؟



ويتفرع هذا السؤال إلى الفرضيات التالية

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات تقديرات عينة البحث لدور الجامعات في مواجهة التعصب الحزبي لدى طلبتها تعزى إلى متغير (الانتماء التنظيمي)؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة تقدير أفراد العينة. كما تم استخدام لعينتين مستقلتين لفحص الفروق. والجدول التالي يوضح ذلك. " (T.test) اختبار " ت

جدول (14)

يبين اختبار (ت) للفروق للكشف عن الفروق تبعاً لمتغير الانتماء التنظيمي لأفراد العينة

المجال	الانتماء	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الأول	مستقل	249	1.91	0.21	3.65	دالة
	منتمي	460	1.81	0.18		
الثاني	مستقل	249	1.91	0.15	2.22	دالة
	منتمي	460	1.88	0.14		
الثالث	مستقل	249	1.92	0.14	0.47	غير دالة
	منتمي	460	1.94	0.16		
الرابع	مستقل	249	1.82	0.22	0.03	غير دالة
	منتمي	460	1.80	0.21		
الدرجة الكلية	مستقل	249	1.90	0.09	2.30	دالة
	منتمي	460	1.88	0.08		

يلاحظ من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في المجال الأول (المواطنة) وفي المجال الثاني (الانتماء الوطني) وفي الدرجة الكلية تعزى لمتغير الانتماء التنظيمي. وهذا ما يتناسب مع ما جاءت به دراسة



أبو حديد (٢٠١٠). ويختلف عما جاءت به دراسة الداعور (٢٠١٢) التي كانت الاتجاهات التعصبية فيها أقل ما يمكن لصالح المنتمين وطنياً. ويعزى السبب في ذلك أن للانقسام والتعصب الحزبي له أثر كبير في نفوس الشباب الجامعي. مما ترتب عليه الحصار و البطالة والعدوان الاسرائيلي المتكرر. أدى إلى زيادة الضغوط النفسية. رغم هذا لم يؤثر على وحبهم لموطنهم و المحافظة على القيم والعادات و التقاليد.

الفرضية الثانية: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ في متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبتها تعزى إلى متغير المستوى الدراسي؟

جدول (15)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق تبعاً للمستوى الدراسي

المجال	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحرافات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الأول	بين المجموعات	0.227	3	0.076	1.89	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	20.59	705	0.039		
	المجموع	20.82	708			
الثاني	بين المجموعات	0.070	3	0.023	1.06	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	11.43	705	0.022		
	المجموع	11.50	708			
الثالث	بين المجموعات	0.003	3	0.0009	0.04	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	12.08	705	0.023		



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

			708	12.083	المجموع	
الرابع	غير دالة إحصائياً	0.21	3	0.028	بين المجموعات	
			705	23.87	داخل المجموعات	
			708	23.90	المجموع	
الدرجة الكلية	غير دالة إحصائياً	0.503	3	0.012	بين المجموعات	
			705	4.22	داخل المجموعات	
			708	4.23	المجموع	

يلاحظ من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي. وقد يعزو الباحثان ذلك ان الطلبة في جميع المستويات الدراسية يمرون على نفس الظروف ويشاركون في نشاطات الجامعة ويستطيعون الحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في الجامعة بين الطلبة. وتبني الجامعات لسياسة الميزة التنافسية. والبحث عن فرص الاستقطاب الأكثر للطلبة.

وهذا ما يتفق مع ما جاءت به دراسة بركات. (2010) (سويرج. (2013) وتختلف مع ما جاءت التي كانت الفروق فيها لصالح المستوى الدراسي الأعلى. دراسة محمد (٢٠١١).

الاجابة عن السؤال الرئيس: ما التصور المقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية؟
أولاً: الأسس التي يبني عليها التصور
١. النتائج الميدانية التي توصلت إليها الدراسة الحالية.
٢. نتائج الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة.



٣. الإطار النظري لطريقة العمل مع الجماعات.

نظرية التعلم الجامعي.

ثانياً: أهداف التصور

يهدف التصور المقترح الحالي إلى الحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى الطلبة الجامعيين في المجتمع الفلسطيني. ويتحقق ذلك من خلال:

١. تحديد العوامل الاجتماعية المؤدية للتعصب الحزبي لدى الطلبة الجامعيين.
٢. تحديد العوامل النفسية المؤدية إلى التعصب الحزبي لدى الطلبة الجامعيين.
٣. تحديد العوامل الثقافية والإعلامية المؤدية إلى التعصب الحزبي لديهم.
٤. التوصل إلى تصور مقترح للحد من التعصب الحزبي والانقسام الفكري السياسي والعوامل التي تؤدي إلى ذلك.

العوامل التي تؤدي إلى الحد من ظاهرة التعصب الحزبي

١. نظام المحاضرات: فمن خلال المحاضرات التي ينظمها الهيئة التدريسية للطلبة الجامعيين والتي تتناول موضوعات مثل الولاء و الانتماء. ونبذ التعصب الحزبي لا نهاء الانقسام السياسي. وغرس قيم التسامح و الروح المعنوية بين الطلبة الجامعيين. والاستعانة بإخصائيين في إلقاء هذه المحاضرات مثل علماء الاجتماع والنفس ورجال الدين.

٢. المناقشة الجماعية: ومن خلال المناقشات الجماعية يمكن للطلبة الجامعيين تبادل الآراء ووجهات النظر والأفكار والمعلومات المختلفة عن التعصب الحزبي ونتائجه السلبية على الفرد و الجماعة و المجتمع ككل. وهذا واضح ما آلت إليه الأمور.

٣. لعب الدور: وفي هذا الأسلوب يستخدم أخصائي لتمثيل بعض الأدوار لتوضيح عدة أمور للطلبة الجامعيين منها:

١. أهمية الولاء والانتماء للمجتمع.
 ٢. البعد عن التعصب الأعمى وتشجيع الطلبة الجامعيين بشكل حضاري يتسم بالروح المعنوية دون الإساءة للآخرين.
 ٤. النمذجة: وفي هذا الأسلوب يحاول أعضاء هيئة التدريس عرض بعض النماذج المحترمة والتي تشير إلى نبذ التعصب بين الطلبة. كقدوة للشباب على سبيل مثال:
- الاستعانة بأحد رجال الدين المحبوبين لدى المجتمع الفلسطيني و الذي يتحدث عن أهمية أن تسود الروح المعنوية والرياضية بين المجتمع الجامعي.



ثالثاً: الأنشطة: من الواجب أن تتميز الأنشطة الطلابية الجامعية بمجموعة من الخصائص. لكي تكون قادرة على الحد من ظاهرة التعصب الحزبي في المجتمع الفلسطيني. وهي:

1-تحقيق التسامح والولاء والانتماء للوطن لا للحزب أو الجامعة.

2-تحقيق العدالة والمساواة في الفرص.

3-تحقيق تحمل المسؤولية من خلال العمل التطوعي وأداء الواجب الاجتماعي والوطني.

4-احترام التنوع والتعددية من خلال النشاطات الثقافية.

ويمكن تحقيق ذلك من خلال: التوسع في إنشاء البرلمانات الجامعية. وتشكيل مجالس الطلاب على أساس حصصي وليس حصري. والمشاركة في المناسبات الوطنية باسم الجامعة وليس باسم الحزب بدافع الانتماء للوطن والحفاظ على الحفاظ على المصلحة العامة.

نتائج الدراسة و توصياتها:

- المتوسط الإجمالي للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية الحزبي وهو بدرجة متوسطة. وقد احتل مجال (سياسة الجامعة) على المركز الأول بمتوسط (1.942) حين احتل مجال (التواصل مع المجتمع) على المركز الأخير بمتوسط (1.819).
- المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في مجال (المواطنة) يعتبر متوسطاً. حيث كان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على فقرات المجال الأول ككل (1.866) حيث كانت أعلى الفقرات.
- المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (الانتماء الوطني) يعتبر متوسطاً. حيث كان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على فقرات المجال الثاني ككل (1.89).
- المستوى العام للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في مجال (التواصل مع المجتمع) يعتبر متوسطاً. حيث كان المتوسط الحسابي لاستجابات العينة على فقرات المجال الرابع ككل (1.821).



- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي في المجال الأول (المواطنة) وفي المجال الثاني (الانتماء الوطني) وفي الدرجة الكلية تعزى لمتغير الانتماء التنظيمي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) متوسطات تقديرات عينة البحث للحد من التعصب الحزبي والانقسام السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها وإطارها النظري يمكن اقتراح التوصيات الآتية:

١. ضرورة دعم وتسهيل عمل الحركة الطلابية من قبل الجامعة لتشجيع طلبة الجامعة المشاركة السياسية الإيجابية للتأكيد على الهدف الأساس لها هو تكوين المواطن الصالح القادر على التفاعل مع قضايا الجامعة.
٢. السماح لتفعيل مجلس الطلبة وتشكيل انتخابات نزيهة لتمثيل الطلبة في الأنشطة والفعاليات المختلفة.
٣. تعزيز الترابط والتعاقد بين الأطر الطلابية للمشاركة السياسية بما يضمن الديموقراطية الحرة والوعي الوطني.

قائمة المراجع

- ١- أبو حدايد. محمود (2012) التعصب القبلي في السلوك السياسي الفلسطيني واثره على التنمية السياسية. دراسة ماجستير. فلسطين.
- ٢- ابو سويرح (2013) التعصب الحزبي وعلاقته بالاتجاهات السياسية لدى طلبة جامعة الازهر. رسالة ماجستير جامعة الازهر. غزة.
- ٣- الأغا. إحسان : (2002) البحث التربوي وعناصره. مناهجه وأدواته . ط 4. الجامعة الإسلامية. غزة.
- ٤- بركات. زياد (2012) التعصب الحزبي لدى الشباب في بعض الجامعات الفلسطينية في شمال فلسطين. جامعة القدس المفتوحة. مؤتمر العدالة الاجتماعية. ارم الله. فلسطين.



- ٥-بركات. زياد. (2010). التعصب الحزبي لدى الشباب في بعض الجامعات في شمال فلسطين. ورقة بحث علمية مقدمة لمؤتمر العدالة الاجتماعية الذي ينظمه المجلس الأكاديمي بالتعاون مع الأمي ديست. رام الله
- ٦-الببومي. محمد. (2004). ظاهرة التعصب - الأسباب والعلاج. دار الحديث. القاهرة.
- ٧-التعصب الحزبي و التشدد الديني في المجتمع الفلسطيني و الوطن العربي <https://pulpit.alwatanvoice.com/articles/2016/06/15>
- ٨-حسن أحمد (2012)العوامل المؤثرة على الالتزام التنظيمي لدى طلاب كلية التربية." مجلة البحث في التربية وعلم النفس. الأمانة للطباعة. جامعة المنيا. مصر. المجلد ١٢ العدد الأول. يوليو. . -21ص.269
- ٩-حسنى. عوض. محمد عبد العزيز (2012) درجة التعصب لدى طلبة الجامعات الفلسطينية . السودانية. دراسة مقارنة :مجلة العلوم الإنسانية. العدد . 73 ج . 18 ص - 511ص536
- ١٠-الخور. محمود (2016) الحوار المجتمعي وعلاقته بالتعصب السياسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. رسالة ماجستير. اكااديمية الادارة والسياسة. غزة. فلسطين.
- ١١-الدمخي. عادل (2020) التعصب" مظاهره -أسبابه -نتائجه -البعد الشرعي. بدون نشر.
- ١٢-الدمخي. عادل. (2005). التعصب: أسبابه. مظاهره. نتائجه. دار الأنجلو المصرية. القاهرة.
- ١٣-زهرا. حامد (2003) علم النفس الاجتماعي. الطبعة الاربعة. دار عالم الكتب للنشر. القاهرة.
- ١٤-صافى. عبد الله (2007) علاقة التعصب بسمتي السيطرة والاجتماعية لدى عمال المحروقات. رسالة ماجستير. الجزائر.
- ١٥-عبد الرحمن. سعد (1992) عملية التطبيع الاجتماعي وأزمات التعامل والتعصب في مجتمعاتنا . الغربية المعاصرة." عالم الفكر الكويتية. عدد (1) ابريل /مايو /يونيو. المجلد الأول. ص112



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

- ١٦- عبد الستار. هاني. (2004). التربية والمواطنة - دراسة تحليلية. مجلة مستقبل التربية العربية. المجلد العاشر. العدد . 35 القاهرة.
- ١٧- علي. عزة فتحي. (2003) نموذج مستقبلي لمنهج التربية المدنية في المدرسة الثانوية: المحتوى. الأنشطة. وسائل التقويم. طرق التدريس. مكتبة كلية التربية. الكويت.
- ١٨- القدومي. خولة عزات. (٢٠١٧م). مدى انتشار ظاهرة التعصب بين طلبة الجامعات الأردنية وعلاقتها ببعض التغيرات. مجلة عالم التربية- جمهورية مصر العربية.
- ١٩- حمد. رفاعي (2011) الحوار المجتمعي وعلاقته بالتخفيف حدة التعصب الديني. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية. العدد 31 :ص 5117 -ص.
- ٢٠- مكروم. عبد الودود. (2004) القيم ومسؤوليات المواطنة. رؤية تربوية. القاهرة. دار الفكر.
- ٢١- النجار. أسامة رسمي. (٢٠١٨م). التعصب الحزبي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقته بالمشاركة المجتمعية. (رسالة ماجستير غير منشورة) فلسطين.
- ٢٣- أبو ركة. طلال أحمد. (٢٠١٦م). التحولات السياسية في فلسطين وتداعياته على قيم التسامح في المجتمع الفلسطيني ١٩٩٤-٢٠١٤م. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الأزهر. غزة.
- ٢٤- أبو زعرور. محمد زكي. (٢٠١٦م). دور قيم الافتراق السياسي المعوقة لعملية التنمية السياسية في الضفة الغربية. جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.
- ٢٥- عوده. كفاح حرب. (٢٠١٩م). أحداث حزيران ٢٠٠٧ في قطاع غزة وتأثيرها على المشروع الوطني الفلسطيني استراتيجياً وتكتيكياً. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.

دور ارشاد الازمات في دعم الصحة النفسية لطلبة الجامعة

م.د افتخار مزهر علي

م.د اياد طالب محمود



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

كلية التربية الاساسية

كلية التربية الاساسية

جامعة ديالى

جامعة ديالى

basicpsyc_24tc@uodiyala.edu.iq

Aeidtalib@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية

ملخص البحث

يتحدد البحث الحالي التعرف على قياس (دور ارشاد الازمات في دعم الصحة النفسية لطلبة الجامعة) ومن اجل تحقيق اهداف البحث قام الباحثان بتبني مقياس الصحة النفسية الذي اعده (الزوبعي.١٩٩٩) معتمدا على نظرية (كلي. Kelly) وبلغت عدد فقرات المقياس (40) فقرة جرى عرضها على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال الارشاد النفسي والذين اجمعوا على استعماله وبعد تعديل بعض فقراته حيث قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٢٠٠) طالبا وطالبة من كلية التربية الاساسية وللأقسام الانسانية فقط للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية البسيطة وتم استخراج الخصائص السيكمترية (الصدق والثبات) حيث بلغ ثبات المقياس (٠,٨٨) بطريقة الفا كرونباخ و(٠,٧٢) بطريقة اعادة الاختبار ويعد هذا مؤشرا عاليا للثبات . واستخدم الباحث عدد من الوسائل الاحصائية مثل (الوسط الحسابي والانحراف المعياري) توصل من خلالها الى النتائج التالية:-

ان لا ارشاد الازمات دور فعال في دعم وتوجيه طلاب الجامعات على تقبل ذواتهم بالإضافة الى قدرتهم على التكيف فيما بينهم وبين البيئة التي يعيشون بها في ضوء .

The role of crisis counseling in supporting the mental health of university students

Abstract

The current research is determined to identify the measurement (The role of crisis counseling in supporting the mental health of university students) and in order to achieve the research objectives.



the two researchers adopted the mental health scale prepared by (Al-Zobaie. 1999) based on the theory (Kelly. Kelly) and the number of paragraphs of the scale reached (40) A paragraph presented to a group of referees specialized in the field of psychological counseling who agreed on its use and after modifying some of its paragraphs. where the researchers applied the scale on a sample of (200) students from the College of Basic Education and for humanitarian departments only for the academic year (2019-2020). they were chosen by the method. Simple random stratification and the psychometric properties (truth and reliability) were extracted. where the stability of the scale reached (0.88) by the method of Alpha Cronbach and (0.72) by the method of retesting. and this is a high indicator of stability. and the researcher used a number of statistical methods such as (arithmetic mean and standard deviation Through it. he reached the following results: -

Crisis guidance is not an effective role in supporting and guiding university students to accept themselves in addition to their ability to adapt between themselves and the environment in which they live in light of the results of the current research

Key Words: Mental health

الفصل الاول

مشكلة البحث



يمر الفرد في حياته في الكثير من الصعوبات والازمات التي تعترض تكيفه فالبينة تحتوي على العديد من المشاكل والازمات التي ترافقه وتؤدي الحوادث البالغة الخطورة من الانتحار واضطراب ما بعد الصدمة واعمال العنف والموت والكوارث الى وضع الافراد في موقف سيء لم يستعدوا له مسبقا بشكل ملائم الامر الذي يجعل عرضه الى المضاعفات الانفعالية والنفسية والجسدية التي تؤذي الصحة النفسية والجسمية للفرد وتهدد قيمته ووجوده (الخالدة. ٢٠١٨. ص ١٥٤).

وان التحاق الطالب بالجامعة يساعده على اكتساب المهارات الاجتماعية والمعرفية والانفعالية والصحية من خلال ما تقدمه الجامعات من أنشطة طلابية مختلفة يختبر الطالب من خلالها حدود قدراته وامكانيته مما يساعده على فهم واقعي لشخصيته واثبات ذاته عما تعود عليه في المراحل التعليمية السابقة وقد يواجه الطالب صعوبات في ذلك مع الظروف الشخصية والاكاديمية مما يؤدي الى اعاقه تقدمه وتوافقه الجامعي والاجتماعي والشخصي والصحي وقد تنتهي هذه الصعوبات بتوافق الطالب النفسي واندماجه في الحيه الجامعية لذا يمكن القول ان المستقبل الدراسي للطالب الجامعي يعتمد على درجه توافقه واندماجه الاجتماعي والشخصي مع البيئة الثقافية الحديدة التي ينتقل اليها وهي الجامعة (القاضي. ٢٠١٢. ص ٢٦)

تعتبر المرحلة لجامعية بالنسبة للطالب الجامعي مرحلة زاهرة بالتغيرات والصعوبات وذلك لالتحاق الطالب بالجامعة ومواجهته مسؤوليات جديدة تتطلب ايجاد معالم جدد. حيث ان المعاناة التي تسود الوسط الجامعي تترك اثرا واضحا على الصحة النفسية وتعتبر الصحة النفسية للطالب الجامعي هي توافقه النفسية وتكيفه الذي يهدف الى تماسكه وتقبل ذاته والآخرين بحيث يترتب على هذا الشعور السعادة والراحة النفسية ثم ان تحقيق الصحة النفسية للطالب تسهم في تحقيق انجازاته الاكاديمية وحتى يتمكن من وضع استراتيجية علمية منهجية لتوفير الصحة النفسية مما يزيد من قدرات الطلاب عل مواجهه مشكلاتهم وتحقيق اهدافهم العلمية والعملية (خاطر. ٢٠١٨. ص ٤). وعليه فان التقصير في الاهتمام بالشباب عامة وطلبة الجامعة خاصة وعدم حصولهم على الرعاية اللازمة ومساعدتهم على حل مشاكلهم التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية والتي تؤدي الى ضغوط تساهم في عدم قدرتهم على التكيف النفسي والاجتماعي ويصبحون بذلك معول هدم للمجتمع بدلا من ان يكونوا معولا لتنميته وتطويره. بالإضافة الى الانعكاسات السلبية على صحة الفرد الجسمية والانفعالية والاجتماعية وبالتالي انخفاض انتاجه العلمي بشكل كبير (حسن. ٢٠١١. ص ٨) ومن هذا المنطلق



راء الباحثان الى تناول موضوع الصحة النفسية واثاره السؤال الآتي: ما هو دور ارشاد
الازمات في تعزيز الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
اهمية البحث

يعتبر ميدان الصحة النفسية من اكثر ميادين علم النفس اثارة لاهتمام الناس ولعل
من اهم اسباب هذه الاهتمام هو رغبة الناس عامة والمختصين بصفة خاصة الى معرفة
معنى الصحة النفسية والمظاهر التي يتمتع بها الانسان كي يكون ذو صحة نفسية سليمة
ومفهوم الصحة النفسية غير ثابت فهو نسبي ويتأثر بالبيئة الاجتماعية والثقافية التي
يعيشها الفرد (الخالدي. ٢٠٠٠. ص ٢٥).

ومع تزايد متطلبات الحياه وما يتسم به العصر من صراعات ومشكلات فانه
يستلزم تولي اهتماما كبيرا بموضع الصحة النفسية وخاصة الجامعة وذلك الدور المهم
الذي تؤدي في تهيئة الفرص للشباب الجامعي لكونها مؤسسة نمو وتطوير وتغيير نحو
الافضل واعاداهم وخصوصا بعض المتعلمين قد يتعرضون الى الكثير من التفاعلات
والاضطرابات النفسية والاجتماعية مما يعيق دون تحقيق الصحة النفسية واذ يستطيع
البعض التغلب على المعوقات وتخطيها والبعض الاخر على مجابته الامر الذي
يستوجب تشجيع الطالب الجامعي على العمليات النفسية التي يلجا اليها في مواجهه
الازمات والمعوقات (احمد. ٢٠١٤. ص ٢)

ومن هذا المنطلق فان الصحة النفسية للطالب الجامعي تعد احدى الحاجات
المهمة لشخصيته ويعد طلبة الجامعة احدى شرائح المجتمع التي تنتمي الى فئة الشباب
وهم يعانون من مشكلات وازمات التي تكون في امرين هما الاول يخص مشكلات التي
يواجهها في فهم ذواتهم وقبولها والتعامل معها ومع الآخرين بصورة صحيحة والثاني
يخص المشكلات التي تنطوي على تصرفهم مع اسرهم ووسطهم الجمعي لذا فان تحقيق
مستوى من الصحة النفسية يساهم كثيرا في تطوير تصرفات اكثر ايجابية بشأن تلك
المرحلة حيث يتمكن من خلالها حل مشكلاته وفهم ذاته وضبط انفعالاته (الهابط .
١٩٨٧. ص ٢٢٥)

يمثل الإرشاد التربوي والنفسي والاكاديمي في الحياة الجامعية الممثلة بالكليات
والمعاهد التقنية. واحداً من اهم وسائل مساعدة الطالب للاندماج في البيئة الجامعية.
وتحقيق اعلى معدلات النجاح. كما يساهم الإرشاد التربوي والنفسي في المتابعة الدقيقة
لمشاكل الطلبة ومحاولة تقديم النصح والمشورة لهم على ايجاد طالب متكامل في
شخصيته متوافق من الناحية النفسية والاجتماعية والدراسية والثقافية والفكرية والدينية



والذهنية والصحية باعتبار ان الطالب هو محور العملية التربوية. كما يعمل على مساعدة الطالب على الانتقال التدريجي من بيئة التعليم العام إلى بيئة المرحلة الجامعية التي يعتمد فيها الطالب على نفسه في اتخاذ قراراته وتحديد تخصصه وتطوير مستواه العلمي والسلوكي. ومن هذا المنطلق فان الإرشاد التربوي والنفسي هو خدمة مهنية هدفها التعرف على المشكلات التي تعوق قدرة الطالب التحصيل العلمي والتفاعل مع متطلبات الحياة الجامعية ويتم تقديم المساعدة والدعم عن طريق زيادة وعي الطلبة بمسؤولياتهم الأكاديمية وتشجيعهم على بذل مزيد من الجهد في حل المشكلات الأكاديمية والشخصية التي تحول دون تحقيقهم أهدافهم التعليمية (الشمري. ٢٠١٤. ص ٢٥٠)

وتبدو الحاجة ملحة للإرشاد الازمات في الوقت الحالي ولاسيما مع عدم التخصصية وضعف المهارات الارشادية وذلك لمساعدة الافراد على مواجهه التغيرات والازمات والمشاكل التي تواجههم من خلال ممارسه المرشد ادوار ومهارات دقيقة فإرشاد الازمات يقدم الدعم والمساندة النفسية للفرد (الحوالدة وطنوس. ٢٠١٧. ص ٤).

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي الى :

١- قياس دور ارشاد الازمات في دعم الصحة النفسية لطلبة الجامعة .

٢- قياس الفروق الفردية (ذكور - اناث) .

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى للتخصصات الانسانية للدراسة الصباحية للعام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١

تحديد المصطلحات:

الدور role: بأنه الانماط السلوكية المتوقعة او التي يؤديها الفرد ما في سياق اجتماعي معين (الشرifi. ٢٠٠٠. ص ٢١٩).

الارشاد counseling: خدمات منظمة ومخططة على اسس علمية من حقائق وقوانين لمساعدة المسترشد في تنمية ذاته ووقايته من الوقوع في المشكلات ليحافظ على صحته النفسية وتوافقه مع نفسه والمجتمع (حمد. ٢٠١٣. ص ٤).

ارشاد الازمات crisis counseling

عرفها التميمي: تقديم الدعم والمساندة النفسية في اغلب مجالات الحياه ويعتبر مواجهه الازمة هو قلب وهدف ارشاد الازمات فالإرشاد الفعال يزود افراد المجتمع



بالمعلومات والنشاطات التي تؤهلهم على تخطي الازمة والاستعداد لها (التميمي ٢٠١٦ ص ١٦٠)

عرفها الخوالدة: بأنه احد مجالات الارشاد محدود الوقت الذي يقدم من متخصصي الصحة النفسية ويركز بشكل اساسي على مساعدة الافراد باستخدام مجموعة من الاستراتيجيات والمهارات في حل الازمة او التخفيف من النتائج السلبية المعرفية والانفعالي والسلوكية للازمة (الخوالدة ٢٠١٨ ص ١٥١).

عرفه الخواجة (تقديم الخدمات الارشادية اللازمة عند الازمات والتي قد تكون بالغة الخطورة والاهمية من المه التنبه هناك ازمات اقل من الكوارث والموت والعنف ولكنها تؤثر في حياه الطالب بدرجات بالغة في الخطورة وقد لا تظهر للأهالي ولكن تعكس نفسها في جانب ادائهم الاكاديمي (الخواجة ٢٠١٦ ص ١).

الصحة النفسية mental health

عرفتها منظمة الصحة العالمية : حالة من العافية التي يدرك الافراد فيها قدراتهم ويستطيعون التصدي للكروب العادي في الحياة ويعملون بصورة منتجة ومثمرة ويقدمون اسهامات الى مجتمعاتهم (منظمة الصحة العالمية. ٢٠٠٢ ص ٧)
عرفها العبيدي: تقبل الفرد لذاته وقدرته على مواجهه الازمات وعدم شعوره بالاضطرابات النفسية والامراض النفسجسمية والنمو من اجل التوافق (العبيدي ٢٠٠٥ ص ٢٣).

التعريف النظري : تبني الباحثان تعريف العبيدي لأنه التعريف المتبناة في المقياس والنظرية المفسرة للصحة النفسية وفق جورج كيلي.
التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الصحة النفسية.

مرحلة الجامعة university

هم الطلبة الذين انهوا مرحلة الدراسة الإعدادية أو ما يعادلها بنجاح وانخرطوا في صفوف الجامعة بمختلف أقسامها الإنسانية والعلمية (ذكوراً وإناثاً) (الزوبعي ٢٠٠٠ ص ٣).

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة



مفهوم الصحة النفسية

يعتبر ميدان الصحة النفسية من اكثر الميادين علم النفس اثاره لاهتمام الناس ولعل اهم الاسباب هذا الاهتمام هو رغبة الناس عامة والمختصين بصفة خاصة الى معرفة معنى الصحة النفسية اذ يعتبر اخر ماهية الظاهر التي ينبغي بها الانسان كي يكون ذا صحة نفسية سليمة وفي البداية كان الناس يظنون ان مفهوم الصحة لابد ان يكون مفهوما واضحا ومحددا تماما ويكاد ان يتفق على معناه جميع المهتمين في ولكن لم يستمر لدى المهتمين بالتعريف على معنى الصحة للإنسان وقد ادركوا ان هو مفهوم ثقافي نسبي (الخالدي ٢٠٠٨. ص ٢٥). وتضافر الاهتمام بالصحة النفسية مع تزايد الحاجة الى صيانه طاقات الناس الاسوياء وعلاج ازمتهم النفسية والحياتية كي لا تؤثر على كفايتهم وقدراتهم ومن هنا جاءت تسمية الصحة النفسية وفرعها التطبيقي الارشاد النفسي بانها علم نفس اضطراب الاسوياء (كتلو ٢٠١٦. ص ١٧٧).

اهداف الصحة النفسية

تسعى الصحة النفسية الى الوصول بالفرد للرضا والانسجام النفسي والاجتماعي لتحقيق مستويات عالية من العلم والمعرفة ومن اهدافها:

- ١- الدراسة العلمية للصحة النفسية والتكيف النفسي وبحث عواملها وشروطها.
- ٢- دعم الصحة النفسية عن طريق برامج التوعية الصحية والنفسية والتربوية.
- ٣- الوقائية من الاضطرابات النفسية والمشكلات الانفعالية والسلوكية.
- ٤- علاج المشكلات عند وقوعها باتباع تقنيات العلاج النفسي المتنوعة (زهران ٢٠٠٣. ص ٢٩).

مظاهر الصحة النفسية

من المؤشرات والمظاهر الذي تدل عليها:

- ١-الاتزان الانفعالي: وهو حالة من الاستقرار النفسي ويكون الفرد مزود بالقدرة للمثيرات وتسمى قدرة سمه الحياه.
- ٢- الدافعية: وهي التي تدفع الفرد بنشاط معين وهي القوه المحرك لنشاط الفرد نحو تحقيق ذاته.
- ٣-الشعور بالسعادة: المتمثل باعتدال المزاج والتعبير بالرضا عن الحياه.
- ٤-التفوق العقلي حيث ان الطاقة العقلية للإنسان تمثل مظهر من مظاهر الصحة.

(الخالدي ٢٠٠٩. ص ٧٧).

معايير الصحة النفسية



- ١- المعيار الذاتي: يعتبر معيار حديث لتحديد سلوك السوي واللاسوي ويقوم على التقرير الذاتي للفرد اذ كان راضي عن نفسه وامكانياته فهو شخص يتمتع بصحة نفسية ومن يعانون من احباط او خوف في مشار وافكارهم شاذة (الرفاعي. ١٩٨٧. ص ٢٢).
 - ٢- المعيار الاجتماعي: وهو كل سلوك يقوم على اجترام العقائد الدينية والقيم والعادات التي تعمل على تماسك المجتمع والمعيار الاحصائي هو تكرار السلوك وانتشاره بين افراد المجتمع (بطرس. ٢٠٠٨. ص ٣٤)
 - ٣- المعيار المثالي: ويرى ان الحالة السوية هي المثالية او الكمال او ما يقرب منه والأسوية هي الانحراف عن المثل الاعلى (الداهري. ٢٠٠٥. ص ٣٨).
- النظريات التي فسرت الصحة النفسية**

نظرية البنى الشخصية -جورج كيلي (Kelly-1955).

فسر كيلي المرض النفسي بتحريف الاشخاص للأحداث لتناسب نسق البناء او استخدام نسق البناء بأساليب فوضوية مشوشة بحيث لا يعود لبنيته مثلاً فمثل افترض كيلي ان الافراد يمكنهم جعل ابنيتهم مفرطة او يمكن ان يضيق افراد نسق اداء نسقهم البنائي بحيث تنتج التنبؤات نفسها بصرف النظر عن الظروف او يوسعوا من هذا الاداء الى الحد الذي تصبح فيه التنبؤات شديدة لدرجة تكاد تكن مشوشة (برافين. ٢٠١٠. ص ٣٦٠).

هذه النظرية قد ركزت على العمليات التي تمكن الشخص من فهم وتنظيم الاحداث من حوله. عندما افترضت نموذجاً للشخصية يسمى بالرجل العالم حيث قصد به ان كل فرد منا يشبه العالم ويحاول ان يتوقع ويضبط احداث العالم من حوله (Kelly. 1955. p.5). فإن كيلي قد ناقش مفهوم البنى في ضوء افتراضه ان الانسان ينظر لعالمه من خلال انماط شفافة يبتكرها ويحاول ملائمتها بالواقع الذي يتكون منه العالم. ويتضح من هذا الافتراض انه يقوم على فكرتين :

- ١- ان الشخص ينظر الى عالمه وينظمه بنفس الاسلوب الذي يقوم به العالم. وان استعماله للبناء انما يتماثل مع استعمال العالم للفرضيات فكلاهما يسعى الى التنبؤ والسيطرة في التعامل مع الاحداث عالمه.
- ٢- ان الاشخاص كائنات متميزة من نوعها في استعمالها لبنى معينه. وان الفروق بين الاشخاص في البنى التي يستعملوها انها تتناظر مع الفروق بين العلماء في وجهات نظرهم النظرية او التطبيقية في موضوع ما (التميمي. ٢٠٠٤. ص ٣٣).



وان اضطراب الصحة النفسية كما اشار كيلى وان كان يحدث عندما لا يمتلك الشخص بنى تحكميه لتنظيم مجاله الادراكي (علي. ٢٠٠١. ص ٣٢). فان مفهوم البنى الشخصية يعد حجر الزاوية في نظريته. وقد استند على مسلمة رئيسية تنص على ان العمليات النفسية اليتي يقوم بها الفرد تمر او توجه بالطرائق والسبل التي يتوقع فيها الفرد حدوث الاحداث (الكبيسي. ٢٠٠٢. ص ١٦٥).

وتبنى الباحثان هذه النظرية في تحديد مفهوم الصحة النفسية وبناء المقياس لأسباب منها لأنها نظرية معرفية ووسعت هذه النظرية النطاق بتوضيحها الظروف التي يكون الافراد في ظلها قادرين على قراءة الواقع قراءة صحيحة والظروف التي يعجز فيها الفرد على التعامل مع واقعه وبذلك فهي تطرقت الى وضعيه الانسان في حالة السواء والاضطراب .

نظرية التدخل في الازمات

وقد جاء مفهوم التدخل في الازمات استجابة لحاجة الجماعات للمساعدات خلال فترة التغيير المفاجئ والعنيف من وضع حياتي الى اخر ومن بينها الكوارث الاجتماعية والهجرة. والازمة الناشئة عن التطور التي تنشأ من مراحل تطور معينه وقدمت اولن ١٩٧٨ تصورا لنظرية التدخل في الازمة وقد حددت اهم فروض النظرية وفق ما يلي :

- ١- ان اي شخص او جماعة يتعرضون لازمات خلال الحياة
- ٢- الاحداث الخطرة التي يمر بها الانسان تمثل المشكلات الاساسية تتمهد لحدوث الازمة
- ٣- ان حالات المعانات من هذه الاحداث تتضح عندما يفقد ضحاياها اشياء معينة منه :
 - ا- فقدان التوازن في قدرتهم على معالجة الازمات
 - ب- تبادل الجهود لإعادة التوازن ولكن الفشل فيها قد يترتب عليه توترات وضغوط نفسية وهذا يضاعف من التوتر
 - ٤- ان النجاح في التغلب على الازمات في الماضي يساعد على التغلب عليها في ٥-
 - المستقبل بينما عدم النجاح في الماضي يؤدي الى المزيد من الازمات
 - ٦- الاشخاص الذي يواجهون الازمات اكثر انفتاحا وتقبل المساعدة من الاخرين من الذين لا يواجهون الازمات
 - ٧- ان التدخل في الازمات اثر نجاحا من اي وقت اخر والتغلب عليها يتعلم فيها كلات بصورة اكثر واقعية مما يحسن من مقدراتهم وتوافقهم مع الازمات (التميمي. ٢٠١٦. ص ١٧٣)



ويبدأ التدخل النفسي في الازمة عندما يحاول المرشد النفسي او الاخصائي ان يتدخل في حياه الفرد للتخفيف من اثار الازمة ويسعى من خلال التدخل الى مساعدة المتعرضين للازمة على تحديد عوامل الوقائية والقوة الداخلية والنفسية او عوامل المرونة التي يمكن استخدامها لتعزيز الانا ويبلغ التدخل النفسي في الازمات ذروته عندما يتم استعادة الوظائف المعرفية وتحل الازمة ويتحقق الاتقان المعرفي (yeager- 2005-p95).

فالتدخل النفسي في الازمات عملية نشطة تهدف الى التأثير في الوظائف النفسية خلال فترة فقدان التوازن والتخفيف من التأثيرات المباشرة للأحداث الضاغطة والمساعدة في تعبئة القدرات النفسية الظاهرة والكامنة والمصادر الاجتماعية للأشخاص الذين تعرضوا للتأثيرات المباشرة للازمة كي يتمكنوا من مواجهه تأثيرات الازمة (wainrib .1998 .p65)

لقد صممت خدمات الازمات لتقدم تعويضا كافيا للأفراد في حالة التعرض للضغوط النفسية الحاده من اجل توحيد ودمج المصادر البيئية والعودة الى الاداء الوظيفي في المجتمع بقدر الامكان من السرعة خلال ساعة او عدد من الايام في الغالب ويتطلب انجاز المهام المحددة في برامج التدخل وتوفير تام لعمليات العلاج النفسي المختصر والمعالجات الطب نفسية والتدخل الاسري والمصادر المجتمعية ومن جهة اخرى وضعت خدمات الطوارئ لتعويض المرضى المصابين باضطرابات نفسية ويعتقد ان من الضروري ايداعهم في المستشفى حيث يجب ان تكون خدمات الطوارئ متوفرة من اجل ادخال المريض الى المستشفى او لتقديم التسهيلات المطلوبة بدون تعويض المريض لأي معاناة فضلا عن توفير دعم غير محدود للمريض في وحده وفي كل الحالات فان الخدمات والتدخل في الازمات يجب ان تتم بسرعة كبيرة ولكن مع تشخيص دقيق للحالات واستبعاد الحالات الطبية التي قد تكون سبب ظهور الاعراض النفسية لدى المريض والحصول على الفحوصات (elpers. 2000 .p.6671)

الهدف النهائي للتدخل النفسي في الازمات هو دعم استراتيجيات المواجهة او مساعدة الناس على تطوير مهارات جديدة للمواجهة وحل المشاكل الامر الذي يساعدهم على اتخاذ خطوات ملموسة نحو ادارة مشاعرهم وتعزيز عوامل القوة وعوامل الحماية لدى اولئك الذين يشعرون بان الاحداث والضغوط اثرت عليهم ويهدف ايضا الى الحد من السلوك الخطر والعنف الموجه نحو الآخرين واي سلوك يتضمن اذى او ضرر للنفس (فاضل .٢٠١٨ .ص ١٠٥).



وهناك العديد من الاساليب المستخدمة في التدخل النفسي في الازمات :

- ١- كسادة الفرد على اكتساب السيطرة المعفية على الموقف
- ٢- التعامل مع الاستخدام غير المبرر للأليات الدفاع النفسي التي تول دون التوصل الى حلول للمشكلة
- ٣- تعديل الانفعالات والمشاعر غير الملائمة التي تنشأ عن الازمات والتعامل معها) الارباني ٢٠٠٩. ص ٣٨)

مبادئ التدخل النفسي في الازمات

- ١- اجراء اتصال انفعالي سريع وتكوين علاقة شاملة وفعالة
- ٢- تبني موقف نشط ومباشر والتركيز على الواقع الحالي والمحافظة على ذلك
- ٢- تسهيل التعبير على الانفعالات وتقديم تصورات بديلة للموقف لتفعيل ادارة الحالة
- ٤- دعم اسلوب حل المشكلة وتعزيز مهارات المواجهة واشراك الاسرة والشبكة الاجتماعية
- ٥- التكيف مع البيئة وحشد الموارد وتطوير خطة العمل ومن ثم ضمان المتابعة (leiper& kent .2003.p.49-51).

منهجية البحث واجراءاته

يتضمن هذا الفصل وصفا لمنهج البحث والاجراءات المتبعة لتحقيق هدف البحث من حيث وصف المنهج الذي اتبعه الباحثان وكذلك مجتمع البحث وتحديد عينة البحث . فضلا عن وصف الاجراءات المتبعة في بناء ادوات البحث واعدادها وتحليلها احصائيا ومنطقيا . ولغرض تحقيق هدف البحث اتبع الباحث المنهج الوصفي. الذي يُعدُّ من المناهج المتبعة في وصف الظواهر النفسية وتفسيرها .

مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة ديالى كلية التربية الاساسية للاقسام الانسانية للعام (٢٠٢٠- ٢٠٢١) وقد بلغ عددهم (٢٠٠) • التربوي للعام ٢٠١٧-٢٠١٨

عينات البحث

يقصد بها جزءا من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة يختارها الباحثان اختيار عشوائي او عمدا طبقا لأسلوب الدراسة وظروف اجرائها ينبغي ان تكون العينة ممثلة للمجتمع الذي سحبت منه (النعيمي. ٢٠١٤. ٦٣)

أداة البحث



أدات البحث هي وسائل يستخدمها الباحثان في حصولهما على المعلومات المطلوبة من المصادر المعنية في بحثهما وتتباين في قدرتها على قياس الاستجابة المطلوبة (عباس وآخرون. ٢٠٠٩. ٢٣٧). لذلك قاما الباحثان بتبني مقياس (الزوبعي. ١٩٩٩)

وصف المقياس

تم تحديد عدد الفقرات (٤٠) وتم تحديد خمسة بدائل: (ينطبق عليّ دائماً. ينطبق عليّ غالباً.. ينطبق عليّ الى حد ما. لا ينطبق عليّ أحياناً.. لا ينطبق عليّ أبداً) وطريقة التصحيح واحتساب درجة المقياس

اعداد تعليمات المقياس

حرص الباحثان أن تكون تعليمات المقياس واضحة. وسهلة. ومباشرة. أو توجه المفحوص إلى ضرورة قراءتها بدقة وهدوء. والإجابة عن الفقرات بصدق وأمانة. ولا توجد إجابة صحيحة وإجابة خطأ. وتكون الإجابة سرية. ولا يطلع عليها سوى الباحثة. من أجل التغلب على المرغوبية الاجتماعية. والتزييف في الإجابة. والغرض الحقيقي منها لأغراض البحث العلمي فقط. وتضمنت التعليمات مثال توضيحي على الإجابة عن فقرات المقياس

١- الصدق الظاهري

يعد صدق المقياس من الخصائص المهمة التي يجب أن يتأكد منها مصمم المقياس وعندما يريد بناء مقياسه للحكم على صلاحية أداة المقياس وقدرته على قياس الظاهرة التي يريد دراستها (عبد الرحمن. ١٩٨٨: ١٢٣). وإن أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري هي تقدير عدد من الخبراء والمختصين في مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها (عودة. ١٩٨٨: ٣٧) وقد تحقق هذا النوع من الصدق الحالي وذلك عندما عرضت مجالات وفقرات المقياس على مجموعة من الخبراء المتخصصين .

٢- صدق البناء

ويقصد به تحليل درجات المقياس استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها. أو في ضوء مفهوم نفسي محدد (Stanley and Hopkins.1972: 111). وسوف يتحقق الباحث من هذا النوع من الصدق من خلال الإجراءات الآتية :-

النتائج



الثبات يعني اتساق نتائج المقياس مع نفسها والاستقرار في النتائج إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم وفي الطرائق نفسها (منسي. ١٩٩٤. ص ١٤٧). وقد تحقق الباحث من الثبات باستعمال الطريقتين الآتيتين:-

١ - طريقة إعادة الاختبار

لتقدير الثبات بهذه الطريقة. طبق الباحث المقياس على عينة قوامها (٥٠) من طلبة الجامعة في كلية التربية الأساسية اختبرت بطريقة وقد وضع الباحثان علامات على كل استمارة لمعرفة المستجيبين وبعد مرور (١٤) يوماً وهي مدة مقبولة لإعادة التطبيق إذ أكد (آدمز) على أن أفضل مدة لإعادة الاختبار تتراوح بين أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع وقد تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني إذ بين أن قيمة معامل الثبات (٠,٧٢) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات المستجيبين على مقياس الصحة النفسية (Adams. 1966. P: 58).

٢ - طريقة ألفا - كرونباخ : Cranbach Alpha Method

وللتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس . استعمل معامل ألفا - كرونباخ إذ انه أكثر مقاييس الثبات شيوعاً في حساب معامل الثبات. (بلوم وآخرون . ١٩٨٣ . ص ١٢٠) . وبعد استعمال إجراءات معادلة ألفا (α) بلغ معامل الثبات (٠,٨٨) وتعبّر هذه القيمة على درجة جيدة من الاتساق والثبات للمقياس . مما يعني إمكانية الاعتماد على المقياس للحصول على النتائج .

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الاول يهدف البحث الحالي الى قياس مستوى دور ارشاد الازمات في دعم الصحة النفسية للتعرف على مستوى الصحة النفسية لدى أفراد عينة البحث طبق الباحثان مقياس الصحة النفسية على عينة البحث والبالغة (٢٠٠) طالبا وطالبة . وبعد معالجة البيانات التي تم الحصول عليها. بلغ المتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث (٨٠,٧٩) والانحراف المعياري (١٢,٨٤٩) اما المتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٩٠) درجة . واستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (T.test) تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٧,١٦) درجة . وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كما مبين في الجدول ادناه

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للمقياس

المتغير	العدد	المتوسط	الانحراف	المتوسط	القيمة التائية	الدلالة
---------	-------	---------	----------	---------	----------------	---------



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

حسابي	معياري	فرضي	المحسوبة	الجدولية	(٠,٠٥)
٢٠٠	٨٠,٧٩	١٢,٨٤٩	٩٠	٧,١٦	١,٩٦
الصحة النفسية					غير دالة

وتشير البيانات في الجدول إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح على وفق المتغير الصحة النفسية لان القيمة التائية المحسوبة هي اكبر من القيمة الجدولية .

الهدف الثاني التعرف على دور ارشاد الازمات في دعم الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق المتغير (ذكور – اناث)

لغرض تحقيق هذه الهدف تم تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة موزعين على الجنس بواقع (١٠٠) ذكور و (١٠٠) اناث. وتم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على مدى الفروق بين الجنسين . وبلغ المتوسط الحسابي (للذكور ٧٩,٦٧) (وللاناث ٨٢,٩٨) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٤٠) وهي متساوية للجدولية (١,٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٩٨) كما مبين في الجدول

الجنس	عدد الطلبة	متوسط الحسابي	معياري	محصوبة	قيمة (ت) (ت) الجدولية	الحرية	الدلالة
الذكور	١٠٠	٧٩,٦٧	١٣,٧٦٦	١,٤٠	١,٩٩	١٩٨	غير
الاناث	١٠٠	٨٢,٩٨	١١,٩٨٨				دالة

وتشير البيانات في الجدول انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكر والاناث على وفق متغير الصحة النفسية

وفي ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي بعدد من التوصيات والمقترحات :-
التوصيات

١- افادة المرشدين التربويين في المؤسسات التعليمية في وزارة التربية والتعليم العالي من مقياس الصحة النفسية لغرض تشخيص الطلاب الذين يعانون من تدني الصحة النفسية لديهم



٢- ان يهتم المرشدين التربويين في المدارس بأهمية الارشاد ودوره في تعزيز جانب الصحة النفسية لدى الطلبة

المقترحات

- ١- إجراء دراسة ارتباطية بين الصحة النفسية مع متغيرات أخرى
- ٢- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية في مناطق أخرى من العراق.

المصادر

- ١- احمد. اشرف عبد العظيم (٢٠١٤): الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات كلية التربية . رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عمر المختار.
- ٢-الارياني. عبدالاله (٢٠٠٩): نظرة امة ف الطب النفسي الكامل . الصندوق الاجتماعي للتنمية بالتعاون مع قطاع الرعاية الصحية بوزارة الصحة . صنعاء . اليمن.
- ٣-برافين. لورانس أ.(٢٠١٠): علم الشخصية ' ترجمه عبد الحليم محمود السيد. ايمن محمد عامر . ج. ٢. ط ١. المركز القومي للترجمة. القاهرة.
- ٤-بطرس. بطرس حافظ(٢٠٠٨): التكيف والصحة النفسية للطفل . ط ١. دار المسيرة. عمان.
- ٥- التميمي. بشرى عناد(٢٠٠٤):البنى المعرفية والصورة النمطية وعلاقتها بتوقعات الدور الجنسي. كلية الآداب. اطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة بغداد.
- ٦-التميمي. محمود كاظم.(٢٠١٦): ارشاد الازمات. ط ١. مركز ديونو لتعليم التفكير للنشر . عمان .
- ٧- حسن .صادق عبده (٢٠١١):الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء لدى طلبة الجامعة . رسالة ماجستير. الجزائر.
- ٨-حمد. ليث كريم (٢٠١٣): الارشاد النفسي في التربية والتعليم . ط ١. المطبعة المركزية. ديالى .
- ٩-خاطر. منى الياس ذياب(٢٠١٨): الصحة النفسية وعلاقتها بالإنجاز الاكاديمي لدى طلبة جامعة القدس. رسالة ماجستير منشورة. القدس. فلسطين
- ١٠-الخالدي .اديب(٢٠٠٠) المرجع في الصحة النفسية. الدار العربية للنشر مدينه نصر .مصر.
- ١١-الخالدي. عطا الله فؤاد.(٢٠٠٨): الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق . ط ١. دار صفاء. عمان.



- ١٢- الخالدي. عطا الله والعلمي. دلال (٢٠٠٩): الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف. دار صفاء لنشر والتوزيع. عمان
- ١٣- الخواجة. عبد الفتاح (٢٠١٦): الارشاد النفسي عند الازمات. جامعة نزوى. عمان.
- ١٤- الخوالدة. محمد خلف (٢٠١٨): فاعلية برنامج اشراف ارشادي يستند الى النموذج التمايزي في تحسين مهارات ارشاد الازمات لدى المرشدين في الجامعة الاردنية. مجلة الجامعة الاسلامية. No.4 vol 26.
- ١٥- الخوالدة. محمد خلف وطنوس. عادل جورج (٢٠١٧): درجة امتلاك المرشدين المتدربين في الجامعة الاردنية لمهارات إرشاد الازمات. جامعة الاردن. الاردن.
- ١٦- الداھري. صالح حسن. (٢٠٠٥): مبادئ الصحة النفسية. ط١. دار وائل لنشر. عمان. الاردن.
- ١٧- الرفاعي. نعيم (١٩٨٧): الصحة النفسية. ط٦. جامعة دمشق. سوريا
- ١٩- زهران. حامد عبد السلام (٢٠٠٣): دراسات في الصحة النفسية والارشاد النفسي. عالم الكتب. مصر
- ٢٠- الزوبعي. عبد الجليل ابراهيم (٢٠٠٠): اهداف الحياة لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث التربوية والنفسية. وزارة التعليم العالي. جامعة بغداد. العراق.
- ٢١- الشريفي. شوقي (٢٠٠٠): معجم المصطلحات العلوم التربوية. مكتبه العبيكان. الرياض. السعودية.
- ٢٢- الشمري. محمد عبد الرسول (٢٠١٤): الارشاد التربوي والنفسي ودوره في اهداف العملية التربوية. مجلة كلية التربية الاساسية. العدد ١٦. جامعة بابل.
- ٢٣- العبيدي. موفق ايوب (٢٠٠٥): اثر برنامج ارشادي في الصحة النفسية لطلبة كلية التربية الاساسية. رسالة ماجستير منشورة. جامعة ديالى. العراق.
- ٢٤- علي. الهام فاضل. (٢٠٠١): الصحة النفسية وعلاقتها بموقع الضبط والجنس لطلبة المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية ابن رشد. جامعة بغداد. العراق.
- ٢٥- فاضل. فهمي حسان (٢٠١٨): التدخل النفي في الازمات. كلية التربية. جامعة الحديدة. اليمن.
- ٢٦- القاضي. عدنان محمد (٢٠١٢) الذكاء الوجداني وعلاقته باندماج الجامعي لدى طلبة كلة التربية. جامعة تعز. المجلة العربية للتفوق. ٤- ٢٦- ٨٠.



- ٢٧- الكبيسي. وهيب مجيد وآخرون (٢٠٠٢): التوجيه التربوي والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق. منشورات E.LGA. مالطة
- ٢٨- كتلو. كامل حسن (٢٠١٦): الصحة النفسية لدة طلبة برنامج التعليم المكثف في فلسطين في جامعة الخليل. مجلة مركز بابا للدراسات. المجلد ٦/ العدد ٣.
- ٢٩- منظمة الصحة العالمية. (٢٠٠٢). الاستثمار في الصحة النفسية. المكتب الاقليمي لشرق المتوسط. مصر.
- ٣٠- الهابط. محمد السيد (١٩٨٧): دعائم صحة فرد النفسية. المكتب الجامعي الحديث. الاسكندرية. مصر.
- ٣٢ - النعيمي. مهند محمد عبد الستار. (٢٠١٤): القياس النفسي في التربية وعلم النفس. ط١. المطبعة المركزية. جامعة ديالى. العراق
- ٣٣- عبد الرحمن. سعد (١٩٨٨): المقياس النفسي. ط٣. مكتبة الفلاح. الكويت.
- ٣٤- عودة. احمد (١٩٨٨). القياس والتقويم في العملية التدريسية. الإصدار الثاني. دار الأمل للنشر والتوزيع. اربد.
- ٣٥- منسي. محمود عبد الحليم (١٩٩٤). "الإحصاء والقياس في التربية وعلم النفس" . دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية

31- Elpers. J.R(2000): public psychiatry. In Benjamin .J. Sadock & Virginia A. Sadock (Edits):John Wiley& Sons Chapter 52 Hospital and community psychiatry .

32 - Leiper. R & Kent. R (2005): Work ing Thruohg Setbacks in Psychotherapy. Crisis . Impasse and Relapse. SAGE Publiction.

33-Wainrib .B .R& Bloch E. L (1998):crisis intervention and trauma response. theory and practice .New York. Springer.

34 -Yeager .K. R & Roberts A .R(2005):Differentiating Among Stress .Acute Stress Disorder .Acute crisis Episodes. Trauma and PTSD. Assessment. treatment and Research 3 Edition Oxford University Press.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

" انعكاسات ممارسة الانشطة البدنية الرياضية الترويحية على اللياقة النفسية لدى
طلبة الجامعيين "

د. بوالصوف مريم

بوزغران نعيمة

مخبر المجتمع الجزائري

مخبر علوم الانشطة البدنية و الرياضية

boussouf25meriem@gmail.com

mbouzeghranestaps@gmail.co

جامعة محمد لمين دباغين سطيف (٢).



-الكلمات المفتاحية : الممارسة الرياضية . اللياقة النفسية . النشاط البدني الرياضي الترويحي. الطالب الجامعي.

الملخص

هدفت الدراسة الى ابراز عوامل اللياقة النفسية و الاتزان النفسي من خلال ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية . حيث لا يمكن تجاهل المغزى الرئيسي لجسم الإنسان ودوره في تشكيل سماته النفسية وفي دراستنا هذه اعتمدنا على المنهج الوصفي . مجتمع وعينة البحث : اشتملت عينة الدراسة على 338 طالبا 141 ذكورا . 197 إناثا (موزعين على أربع إقامات جامعية 2 للذكور و 2 للإناث) . أداة الدراسة : استخدمنا في هذه الدراسة استبيان حول انعكاس النشاط الرياضي الترويحي على درجة اللياقة النفسية بأبعادها (التوافق الشخصي . الأسري . والاجتماعي . والصحي) وقد مرت أداة الدراسة قبل استخدامها في الدراسة الأساسية بالتحكيم من قبل مجموعة من الخبراء ثم تم اختبار خصائصها السيكمترية (الصدق . الثبات . الموضوعية) . أوضحت النتائج أن لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الترويحية التأثيرات النفسية التالية : اكتساب الحاجة إلى تحقيق أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم . والالتزام بالانضباط الانفعالي والطاعة واحترام السلطة . وإكساب مستوى رفيع من الكفاءات النفسية المرغوبة مثل : الثقة بالنفس . الاتزان الانفعالي . التحكم في النفس . انخفاض التوتر . انخفاض في التعبيرات العدوانية . كما أن المجهود البدني المنتظم له آثار إيجابية ومفيدة على الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من مختلف الاضطرابات النفسية كالضغط النفسي والاكتئاب ... إلخ . وهذه النتائج تبعت للتفاؤل . وتؤكد أن للأنشطة البدنية والرياضية الترويحية لها آثارا إيجابية مهمة ليس على اللياقة البدنية . فحسب بل أيضا على اللياقة النفسية .

The implications of practicing physical recreational sports on the psychological fitness of university students

Abstract :

The study aimed to highlight the factors of mental health fitness and psychological balance through the exercise of physical activities. sports and recreation. Where the main significance of the human body and its role in shaping its psychological features



cannot be ignored. and in our study we relied on the descriptive approach. Population and Research Sample: The study sample consisted of 338 students (141 males and 197 females) divided into four university residencies. 2 for males and 2 for females. Study tool: In this study we used a questionnaire on the reflection of recreational sports activity on the degree of general psychological fitness in its dimensions (personal. family. social. and health compatibility). The study tool passed before its use in the basic study by arbitration by a group of experts and then its psychometric properties were tested (Truthfulness. consistency. objectivity). the results indicated that the practice of physical and sports activities has the following psychological effects: Acquiring the need to achieve high goals for themselves and others. And characterized by emotional discipline. obedience and respect for authority. And acquiring a high level of desirable psychological competencies. such as: self-confidence. emotional balance. self-control. decreased tension. and a decrease in aggressive expressions. Also. regular physical exertion has positive and beneficial effects on the psychological state of people. especially those who suffer from various psychological disorders such as stress. depression. etc.. and these results give cause for optimism. and confirm that physical activities and recreational sports have important positive effects not only on physical fitness. but rather. Also on psychological fitness.

Key words: sports practice. psychological fitness. recreational sports physical activity. university student.

١ - اشكالية الدراسة

تعتبر الصحة النفسية من المفاهيم التي أصبحت شائعة في الوقت الحالي . فهي مصدر سعادة الإنسان . واستقراره فمن الضروري أن نضع في حسابنا أهمية الصحة



النفسية . بحيث تعتبر أحد العناصر الجديرة بالاهتمام من جانب الصحة النفسية . فهي مصدر السلامة النفسية و الاستقرار من جميع النواحي .

وخصوصا في الوقت الراهن . حيث تشير الإحصاءات إلى أن حوالي مليون شخص في العالم يعانون من مشكلات سلوكية ونفسية وعصبية وعقلية في كل لحظة وفي أي وقت من أوقات حياتهم . وحوالي 873 ألف شخص يموتون بالانتحار كل سنة . وربما أضعافا مضاعفة بالحوادث الناجمة عن المشكلات النفسية . وتسبب للمعنيين أشد أنواع المعاناة . وتؤدي إلى تضرر نوعية الحياة وفقدان متعتها وبهجتها . (رضوان . 2009. ص١٧)

و بما إن النشاط الرياضي التروحي يعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي فهو يوفر خبرات تساعد على التمتع بالحياة وتحقيق الصحة النفسية ويتعدى أثر المهارات التروحية إلى الاستمتاع بوقت الفراغ في تنمية الثقة بالنفس . وكذا التفاؤل بمستقبل زاهر وعمل صداقات تخرج الفرد من العزلة وتدمجه في المجتمع . كما يعتبر عاملا من العوامل التي تؤدي إلى الارتقاء بالمستوى النفسي اذ تكسيه الفرح والسرور وتمنح له الشعور بالسعادة والرضا وتخلصه من الملل والكره . ولقد أصبح النشاط الرياضي التروحي يشكل مجالا هاما في حياة الأشخاص الأعراف تطورا مذهلا نظرة للاهتمام المتزايد من طرف المربين والأخصائيين الاجتماعيين بهذا الجانب باعتباره وسيلة تربوية علاجية.

و بما ان السلامة الجسمية والعقلية للطالب الجامعي أمر ضروري وملح من أجل تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي مع باقي زملائه وبيئته الدراسية . وكذا رفع وتعزيز مستواه الدراسي وتحصيله . واذا ما تأثرت هذه السلامة نتيجة لأي سبب من الأسباب . فإن هذا ينعكس على الطالب بطبيعة الحال . ولقد جاءت هذه الدراسة لمعرفة دور النشاط الرياضي التروحي في تحسين اللياقة النفسية لدى الطلبة الجامعيين انطلاقا من طرح التساؤل التالي: - هل يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام لدى الطلبة الجامعيين ذكور وإناث الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين ؟

٢-التساؤلات الفرعية

- هل يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطلبة الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين عند مختلف الجنسين ذكور وإناث ؟
- هل يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطلبات الممارسات أكبر من التلاميذ الممارسين ذكور؟



٣- فرضيات البحث

١-٣ الفرضية العامة

يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطلبة الجامعيين ذكور وإناث الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين . ويختلف أثره بين الإناث والذكور الممارسين حيث يكون أكبر عند الإناث الممارسات .

٢-٣ الفرضيات الفرعية

يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي للطلبة الجامعيين الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين عند مختلف الجنسين ذكور وإناث .
يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطلبات الممارسات أكبر من الطلبة الممارسين ذكور.

٤- أهداف البحث

- معرفة أثر النشاط البدني الرياضي على درجة التوافق النفسي العام للطلبة الجامعيين حسب متغير الممارسة (ممارسين و غير ممارسين) عند مختلف الجنسين .
- معرفة أثر النشاط البدني الرياضي على درجة التوافق النفسي العام للطلبة الجامعيين الممارسين متغير الجنس ذكور وإناث .

٥- أهمية الدراسة

تناولت الدراسة موضوع الصحة النفسية كأحد الموضوعات الهامة التي تحتاج إلى المزيد من البحث في الوقت الحالي . وفي الجامعة الجزائرية باعتبارها المناخ الذي يحوي الطالب.

تعد الصحة النفسية من أهم المؤثرات الأساسية للشخصية . وبالتالي أي خلل قد يعوق الفرد عن التكيف النفسي السليم .

- أهمية المرحلة العمرية والتي تعتبر مرحلة مهمة في حياة الطلبة . تحتاج إلى المزيد من الاهتمام من جانب الصحة النفسية .

- الصحة النفسية تعد جانب مهم في حياة الفرد بصفة عامة و الطلبة بصفة خاصة .

- محاولة لفت انتباه المعاق الطلبة الجامعيين يا بضرورة ممارسة النشاط الترويحي .

٦-أسباب اختيار الموضوع

● أسباب ذاتية

تتمثل هذه الأسباب في الإحساس بهذه الفئة كونها المجتمع وهي بحاجة ماسة إلى المساعدة وذلك من جميع النواحي الحياتية .



• أسباب موضوعية:

ولأننا ارتأينا بأن هذه الفئة بحاجة إلى نشاط يبعد عنهم جميع الضغوطات الحياتية .

٧- تحديد المفاهيم و المصطلحات

٧-١-النشاط الرياضي الترويحي

المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية . كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفيسيولوجية للفرد الممارس لأوجه انشطته التي تشمل على الألعاب والرياضات . كما تمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي . ويمكن تنظيم أنشطتها وفقاً للأهداف واحتياجات واهتمامات الأفراد والجماعات . كما أن الاشتراك في تلك الأنشطة يتأثر بالمستوى المهارى . السن . الجنس . الحالة البدنية . والحالة الصحية للفرد (عبد الرحيم طه . ٢٠٠٦ . ص ٢٧) .

يذكر الحماحي وعائدة عبد العزيز (١٩٩٨) أن المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية . يعتبر أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفيسيولوجية للفرد الممارس لأوجه انشطته التي تشمل على الألعاب Games والرياضات Sports.

٧-٢-اللياقة النفسية

هى مستوى من الصحة النفسية يجعل صاحبها متفاهم مع نفسه ومع البيئة المحيطه به سواء كانت نفسية او اجتماعية مما يحقق للمرء الحد الأمثل للاستقرار النفسى والرضا والتصالح مع النفس والمجتمع. ويفسر النفسيون الفرنسيون اللياقة النفسية هى ضرورة ان يتوفر فى الفرد صفات وفضائل معينة تعينه على مواجهة الحياة والنجاح فيها . اللياقة النفسية يحتاجها الإنسان فى العصر الحديث الذي يكثر فيه المشاكل الخلافات والالتفات حول المصالح الشخصية. (فخري الدباغ . ١٩٨٢ . ص ١١) .

٨- سير العمل الميداني

اشتملت عينة الدراسة على 338 طالبا 141 ذكورا 197 . إناثا (موزعين على أربع إقامات جامعية 2 للذكور و 2 للإناث) أداة الدراسة : استخدمنا في هذه الدراسة استبيان حول انعكاس النشاط الرياضي الترويحي على درجة اللياقة النفسية بأبعادها (التوافق الشخصي . الأسري . والاجتماعي . والصحي) وقد مرت أداة الدراسة قبل استخدامها في الدراسة الأساسية بالتحكيم من قبل مجموعة من الخبراء ثم تم اختبار خصائصها السيكمترية (الصدق . الثبات . الموضوعية) وتراوحت مدة هذه الدراسة



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٠٢١)

منذ سبتمبر ٢٠١٨ إلى غاية شهر ماي ٢٠١٩ و لإجراء هذه الدراسة تم إعداد استبيان التوافق النفسي العام . مرتكزين في ذلك على الدراسات السابقة . و فيها قمنا باستطلاع شخصي حول هذه الدراسات والتي لها علاقة مباشرة بموضوع البحث . ومحاولة توظيفها في إعداد الاستبيان . كما تم الإطلاع على اختبار التوافق النفسي للدكتور " محمود عطية هنا . بحيث أخذنا منه ما يتناسب مع موضوع الدراسة . ومن خلال هذه الخطوات تمكنا من استخلاص اربع أبعاد تكون في مجموعها التوافق النفسي العام لدى الطلبة الجامعيين : البعد الأول : التوافق الشخصي . البعد الثاني : التوافق الأسري . البعد الثالث : التوافق الاجتماعي . البعد الرابع : التوافق الصحي و من أجل الوصول إلى النتائج تم استخدام الوسائل الإحصائية واستنباط النتائج وفهمها لجأنا إلى استخدام الوسائل الإحصائية الآتية: حساب الارتباط بيرسون . اختبار (ت) استودنت لمتوسطين غير مرتبطين . النسبة المئوية . معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات .

-عرض وتحليل نتائج استبيان التوافق النفسي العام بالنسبة للذكور الممارسين و غير الممارسين.

-الجدول رقم (٠١)

يبين نتائج التوافق النفسي العام بين الذكور الممارسين و غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي .

العينة	ذكور ممارسين =ن		ذكور غير ممارسين =ن		قيمة ت' المحسوبة	قيمة ت' الجدولية	مستوى الدلالة	نوع الفرق	لصالح
	ع	س-	ع	س-					
البعد الشخصي	٣٦, ١	٤,٣ ٣	٣١, ٥	٤,٠٩	٢,٥٠	٥,٣١		دال	الممارسين
البعد الاسري	٤٠, ٥	٤,٨ ١	٣٨, ١	٥,١٢	٢,٨٩			دال	الممارسين
البعد الاجتماعي	٣٧, ٢	٤,١ ٤	٣٥, ٢	٣,٥٦	٣,٠١			دال	الممارسين



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٠٢١)

الممارسين	دال			٣,٤٣	٤,٨	٣٦,٥	٥,٣	٣٧,٦	البعد الصد ي
الممارسين	دال			٣,٨٩	٤,٣٩	٣٥,٢	٤,٦	٣٧,٨٥	التوا فق النفسي ي العام

من خلال الجدول المبين أعلاه والذي يبين لنا نتائج اختبار التوافق النفسي العام بين الذكور الممارسين والذكور غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي التروحي . حيث بلغ المتوسط الحسابي للممارسين (٣٨,١٧) في الاختبار الكلي وبانحراف معياري (٤,٦٥) . في حين بلغ المتوسط الحسابي لغير الممارسين (٣٥,٢) والانحراف المعياري (٤,٣٩) هذا وبلغت قيمة (ت) المحسوبة ب ٣,٨٩ وهي أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة ب (1.645) عند مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي العام بين الذكور الممارسين وغير الممارسين وهي لصالح الممارسين .
-عرض وتحليل نتائج استبيان التوافق النفسي العام بالنسبة للإناث الممارسات وغير الممارسات .

الجدول رقم (٠٢)

يبين نتائج التوافق النفسي العام للإناث الممارسات وغير الممارسات للنشاط البدني الرياضي التروحي .

العينة	إناث ممارسات =ن		إناث غير ممارسات =ن		قيمة 'ت' المحسوبة	قيمة 'ت' الجدولية	مستوى الدلالة	نوع الفرق	لصالح
	ع	س-	ع	س-					
البعد الشخصي	٣٦,١	٤,٧٨	٣١,٣	٤,٠١	٣,٢١			دال	الممارسات
البعد الاسري	٤٠,٥	٥,١٢	٣٠,٨	٤,٥١١	٣,٥٥			دال	الممارسات
البعد الاجتماعي	٣٧,٢	٥,٠٣	٣٣,٥	٤,٣٣٦	٢,٢٨	١,٦٤٥	٠,٠٥	دال	الممارسات



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الممارسات	دال			٢,٧٩	٤,٨٧	٣١,٧	٥,٣٣	٣٧,٦	البعد الصحي
الممارسات	دال			٢,٩٥٧	٤,٤٣١	٣١,٨	٥,٠٦ ٥	٣٧,٨ ٥	التوافق النفسي العام

من خلال الجدول المبين أعلاه والذي يبين لنا نتائج اختبار التوافق النفسي العام بين الإناث الممارسات و غير الممارسات للنشاط البدني الرياضي الترويحي. حيث بلغ المتوسط الحسابي للممارسات (٣٧,٨٥) في الاختبار الكلي وبانحراف معياري (٥,٠٦٥) . في حين بلغ المتوسط الحسابي لغير الممارسات (٣١,٨) والانحراف المعياري (٤,٤٣١) . هذا وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢,٩٥٧) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدرة ب (1.645) عند مستوى الدلالة . (0.05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي العام بين الإناث الممارسات و غير الممارسات للنشاط البدني الرياضي الترويحي وهي لصالح الممارسات .

- عرض وتحليل نتائج اختبار التوافق النفسي العام بالنسبة للإناث الممارسات والذكور الممارسين.

الجدول رقم (03)

نتائج التوافق النفسي بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي.

العينة	ذكور ممارسين ن=		إناث ممارسات ن=		قيمة 'ت' المحسوبة	قيمة 'ت' الجدولية	مستوى الدلالة	نوع الفرق	لصالح
	س-	ع	س-	ع					
البعد الشخصي	٣٦,١	٤,٣٣	٣٥,٢	٤,٢٥	٢,٠٩			دال	الإناث
البعد الاسري	٤٠,٥	٤,٠٨	٤١,١	٣,٠٢	١,٢			غير دال	/
البعد الاجتماعي	٣٧,٢	٥,٠١	٣٧,٣	٤,٥	٣,٠٨			دال	الإناث



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/٢٠٢٠)

البعد الصحي	٣٧,٦	٤,٦٦	٣٩,١	٤,٣٣	٠,٥٥	غير دال	/
التوافق النفسي العام	٣٧,٨٥	٤,٥٢	٣٨,١٧	٤,٠٢٥	١,٧٣	دال	الممارسين

من خلال الجدول المبين أعلاه والذي يبين لنا نتائج اختبار التوافق النفسي العام بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي . حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى الإناث (٣٨,١٧) في الاختبار الكلي وبانحراف معياري (٤,٠٢٥) . في حين بلغ المتوسط الحسابي لدى الذكور (٣٧,٨٥) والانحراف المعياري (٤,٥٢) هذا وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (١,٧٣) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (1.645) عند مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي العام بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين وهي لصالح الإناث .

- مناقشة الفرضية الفرعية الأولى:

من خلال الفرضية التي طرحها الباحثين كحل مؤقت لمشكلة البحث و المتمثلة

في:

- يؤثر النشاط البدني الرياضي الترويحي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطلاب الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين عند مختلف الجنسين ذكور وإناث . حيث أكدت نتائج الدراسة صدق هذه الفرضية وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (01) والذي يبين الفروق في المتوسطات بين الممارسين و غير الممارسين ذكور . وكذا الجدول رقم (2) والذي يبين الفروق في المتوسطات الحسابية بين الإناث الممارسات و غير الممارسات للنشاط البدني الرياضي الترويحي . حيث كانت هذه الفروق دالة إحصائيا لصالح الممارسين ذكور و إناث في الاختبار الكلي للتوافق النفسي العام . مما يعني أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يؤثر إيجابيا في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى الطلاب الممارسين . حيث كانت درجة توافقهم عالية مقارنة بالطلاب غير الممارسين . وهذه النتائج تتطابق مع نتائج الدراسات السابقة لكل من دراسة " أشرف عيد ابراهيم- 1990 " و دراسة " سامي غنيم مطاوع -1991 " و دراسة " عبد الرحيم دياب- 1992 " والتي أكدت نتائج دراساتهم على أن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تؤثر إيجابيا في رفع درجة التوافق النفسي العام بأبعاده لدى الممارسين . و تساعد هذه الأنشطة في تكوين علاقات اجتماعية حسنة مع الآخرين . وعليه يتضح لنا ومن خلال الدراسة النظرية أن النشاط البدني الرياضي يكسب الممارسين درجة عالية



من القدرة على التوافق النفسي . وبالتالي يستطيع الفرد الممارس أن يتوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر ويتأثر به . وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية . فهذه الأنشطة تكسب الفرد السعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع .

- مناقشة الفرضية الفرعية الثانية

من خلال الفرضية الثانية التي تم طرحها كحل مؤقت لمشكلة البحث والمتمثلة

في:

- يؤثر النشاط البدني الرياضي التروحي إيجابيا على درجة التوافق النفسي العام للطالبات الممارسات أكبر من الطلاب الممارسين ذكور . " فقد أكدت نتائج الدراسة صدق هذه الفرضية وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (03) والذي يبين الفروق في المتوسطات الحسابية بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي التروحي والتي كانت لصالح الإناث في الاختبار الكلي للتوافق النفسي العام . مما يعني أن النشاط البدني الرياضي التروحي كان أثره أكبر لدى الإناث . حيث كانت درجات التوافق النفسي العام عالية لدى الإناث مقارنة بالذكور . يفسر الباحثين ذلك بأن النشاط البدني الرياضي التروحي يكسب الفتاة الممارسة مجال أكبر من الحرية و الشعور بذاتها . فعن طريق مشاركتها في هذا النشاط تتخطى الفتاة كل القيود الاجتماعية المفروضة عليها فتشعر بالحرية وتعبر عن انفعالاتها بطريقة مقبولة اجتماعيا وتفرغ مكبوتاتها وتخفف من توترها ومن الضغوط المفروضة عليها . كما أن هذا النشاط الرياضي يفسح لها المزيد من العلاقات الاجتماعية . لربط علاقات الصداقة مع المحيطين بها من الأصدقاء و الزملاء ذكور و إناث . مما يزيد في شعورها بقيمة ذاتها وشعورها بأنها مقبولة و محبوبة من الآخرين . وهذا كله يساعدها على الاتزان النفسي ويقلل من التوتر الداخلي ويحسن من مستوى توافقه النفسية العام . وخلاصة لهذا يمكن القول بأن النشاط الرياضي التروحي يؤثر إيجابيا في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى الطلاب الممارسين ذكور و إناث مقارنة بغير الممارسين . فممارسة هذا النشاط تساعد في تكوين الشخصية المتزنة و التي تتصف بالشمول .

الاستنتاجات العامة

على ضوء أهداف الدراسة ومن خلال عرض وتحليل النتائج التي تمت معالجتها إحصائيا تم التوصل إلى ما يلي :



-النتائج حسب عامل الممارسة (ذكور وإناث ممارسين للنشاط البدني الرياضي وغير الممارسين).

• توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور وإناث وغير الممارسين في بعد التوافق الشخصي وهي لصالح الممارسين . مما يعني أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أثر إيجابي في رفع درجة التوافق الشخصي لدى الممارسين . بحيث يتيح هذا النشاط مقابلة الكثير من الاحتياجات النفسية لدى الممارسين . كالشعور بالذات وتقبلها والقدرة على تحمل المسؤولية والاتزان الانفعالي . والتحكم في النفس وانخفاض التوتر .

• توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور وإناث وغير الممارسين في بعد التوافق الأسري وهي لصالح الممارسين . مما يعني أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أثر إيجابي في رفع درجة التوافق الأسري لدى الممارسين . وهذا راجع لما يكتسبه الممارسين من خلال مزاوله هذا النشاط من الضباط وامتثال للأوامر والطاعة والاحترام وتقبل الآخرين . مما يؤهلهم للتعامل مع الوالدين والإخوة بروح عالية . والقدرة على التفاهم وحل المشكلات الأسرية .

• توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور وإناث وغير الممارسين في بعد التوافق الاجتماعي وهي لصالح الممارسين . مما يعني أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أثر إيجابي في رفع درجة التوافق الاجتماعي لدى الممارسين . وهذا لما يتيح هذا النشاط من فرص النمو العلاقات الاجتماعية الطيبة . كالصداقة والتعاون والتماسك مع أفراد الجماعة . وخاصة في الأنشطة الجماعية .

• توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور وإناث وغير الممارسين في بعد التوافق الصحي وهي لصالح الممارسين . مما يعني أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أثر إيجابي في رفع درجة التوافق الصحي لدى الممارسين . وهذا راجع للدور الذي يلعبه في وظائف أجهزة الجسم . وتحسين الصحة العامة للممارسين بشكل عام .

• توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور وإناث وغير الممارسين في مستوى التوافق النفسي العام وهي لصالح الممارسين . مما يعني أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أثر إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى الممارسين . وهذا لما يكسبه للأفراد من استمتاع بأنفسهم وبالحياة . عن طريق



التفاعل والتعاون مع الآخرين . مما يزيد في القدرة على التوافق مع الذات ومع الآخرين

-النتائج حسب عامل الجنس : (إناث ممارسات و ذكور ممارسين للنشاط البدني الرياضي)

• توجد فروق دالة إحصائية بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي في بعد التوافق الشخصي وهي لصالح الإناث مما يعني أن أثر النشاط البدني الرياضي الترويحي كان بدرجة أكبر عند الإناث في رفع درجة التوافق الشخصي لديهن . ويرجع الباحثين السبب في أن الإناث يسبقن الذكور في أن الشغالات واهتمامات الأولاد كثيرة ومتعددة كالدراسة واختيار المهنة و السكن و الزواج.

• لا توجد فروق دالة إحصائية بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي في بعد التوافق الأسري . مما يعني أن النشاط البدني الرياضي كان له نفس الأثر عند كلا الجنسين في هذا البعد .

• توجد فروق دالة إحصائية بين الإناث الممارسات والذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي في بعد التوافق الاجتماعي وهي لصالح الإناث مما يعني أن أثر النشاط البدني الرياضي الترويحي كان بدرجة أكبر عند الإناث.

مقترحات و توصيات

• الاهتمام بالأنشطة الرياضية الداخلية من حيث التخطيط والتنفيذ . وفتح المجال لجميع الطالبة للمشاركة في هذه الأنشطة التنموية و تطوير رغباتهم وميولاهم . ولتحسين مستوى الصحة البدنية والنفسية لديهم .

• توعية الطالبة بضرورة تنمية و تطوير الصحة البدنية و النفسية . وذلك لغرض زيادة الاهتمام بالنشاط الرياضي الترويحي . وتشجيعهم على الممارسة .

• ضرورة تطبيق اختبارات التوافق النفسي العام لدى الطلاب بشكل مرحلي . وقد ارتأينا من خلال دراستنا أن نختم موضوعنا ببعض التوصيات . والتي تتمنى أن نجد من يعطيها اهتماما . وان يطبقها ولو بنسبة ضئيلة :

٢- التركيز على المواضيع الصحية المنتشرة . تدعيم الحصص الصحية بحالات حقيقية لإقناع الطالبة أكثر بممارسة الأنشطة الرياضية و المحافظة على اللياقة الصحية.

٣ - على الطالب الجامعي الاطلاع الدائم على المواضيع الصحية سواء من خلال المؤسسات العمومية أو وسائل الإعلام والإسهام في تحقيق ثقافة صحية لتحقيق التنشئة



الاجتماعية وتفعيل روح المشاركة لان عملية التوعية والتثقيف الصحي ناقص في بلادنا . فان مهمة التثقيف والتوعية مسؤولية جميع الجهات والهيئات المعنية بالأمر . فالهدف العام والاسمى للعملية التوعية الصحية هو تحقيق السعادة عن طريق تحريك الطلبة للعمل على تحسين أحوالهم من جميع النواحي ليس فقط الجانب النفسي وتحقيق السلامة والكفاية البدنية والعقلية والاجتماعية وبالتالي الصحة النفسية تتوافق مع الجميع .

قائمة المصادر و المراجع

- أحمان . لبتي . (٢٠١٢) . دور كل من المساندة الاجتماعية ومصدر الضبط الصحي في العلاقة بين الضغط النفسي و المرض الجسدي . دكتوراه في علم النفس العيادي . جامعة الحاج لخضر . باتنة . الجزائر .
- أسهمان . عزوز . (٢٠٠٩) . مصدر الضبط الصحي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضى القصور الكلوي المزمن . ماجستير في علم النفس الصحة . جامعة الحاج لخضر . باتنة . الجزائر .
- أفنان . نظير دروزه . (٢٠٠٧) . العلاقة بين مركز الضبط ومتغيرات أخرى ذات علاقة لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية في جامعة النجاح الوطنية . (٤٤٣ - ٤٦٤) .
- بوقصة . عمر . وعطية . دليلة . (٢٠١٣) . مستوى الوعي الصحي لدى عينة من طلبة وطالبات شعبة علم النفس و علوم التربية يقسم العلوم الاجتماعية - جامعة باتنة . الملتقى الوطني الأول حول الثقافة الصحية في المجتمع . تم تنظيمه من قبل قسم علم الاجتماع و الديموغرافيا . معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية بالمركز الجامعي تامنغست . الجزائر .
- الدرويش . محمد الحماحي (١٩٩٧) . رؤية عصرية للترويج و اوقات الفراغ . مركز الكتاب للنشر . القاهرة . مصر .
- زياد . خميس التـح . (٢٠٠٩) . توقع الأداء في المهام المستقبلية لدى طلبة جامعة آل البيت وعلاقته بمركز الضبط . مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) . المجلد السابع عشر . العدد الأول . ص (٥٨٣ ص ٦١٠)
- طه عبد الرحيم طه (٢٠٠٦) . مدخل للترويج . دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر والتوزيع . القاهرة . مصر .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

- عماد . عبد الحق . ومؤيد شناعة . وقيس نعييرات . وسليمان العمدة . (٢٠١٢)
مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس . مجلة جامعة
النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية) . مجلد ٢٦ .
- فخري الدباغ (١٩٨٢) مقدمة في علم النفس . الموصل . مطابع جامعة الموصل .
مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية . المجلد الخامس عشرة العدد الأول
• محمد . سليمان بني خالد . (٢٠٠٩) . مصدر الضبط وعلاقته بمستوى التحصيل
الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت . مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) . المجلد السابع عشر . العدد الثاني .
- محمد عبد العزيز مفتاح . (٢٠١٠) . مقدمة في علم النفس الصحة (مفاهيم .
نظريات . نماذج . دراسات) . ط ١ . دار وائل للنشر . عمان . الأردن .
- نادية . عيادي . (٢٠٠٩) . علاقة مصدر ضبط الصحة بالسلوك الصحي لدى طلبة
الجامعة . دراسة ميدانية بجامعة باتنة ماجستير في علم النفس الصحة . جامعة الحاج
لخضر باتنة . الجزائر .
- وصفي . الخزاعله . وأحمد . بطاينه . و مازن . حتاملة . (٢٠١٢) . أبعاد مركز
التحكم وعلاقته بالسمات الشخصية ضمن مقياس فرايبرج لدى لاعبي أندية الدرجة
الأولى لكرة اليد في الأردن . مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) . مجلد
٢٦ (٠٥) . الأردن .
- يخلف . عثمان (٢٠٠١) . علم نفس الصحة . ط ١ . دار الثقافة للطباعة والنشر
والتوزيع . قطر .
- Harrari . Philippe . Karen legge (2001) psychology and health .
Heinemann educational 12 . Publisher . London .

تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية /
جامعة ديالى

م. منتهى صبار عباس

كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

muntahasabar@gmail.com



الكلمة المفتاحية : الارشاد المعرفي . اللياقة النفسية

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي الى ما يأتي :-

١. التعرف على مدى امتلاك طلبة كلية التربية الاساسية مقياس اللياقة النفسية.
 ٢. بناء برنامج ارشادي معرفي لتنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية .
 ٣. التعرف على تأثير برنامج الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية من خلال اختبار الفرضيات الاتية :-
 - أ - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (0.05) للمجموعة الضابطة في الاختبار (القبلي — البعدي) .
 - ب - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (0.05) للمجموعة التجريبية في الاختبار (القبلي — البعدي) .
 - ج - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (0.05) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي .
- تكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة ديالى/ كلية التربية الاساسية . وتكونت عينة البحث من (٣٢٠) طالباً وطالبة. ولتحقيق أهداف البحث العلمي استخدم أداتين هما:

(١) مقياس اللياقة النفسية.

(٢) برنامج ارشادي معرفي من اعداد الباحثة بعد الاستعانة بالدراسات السابقة .

اذ تحقق للمقياس نوعان من الصدق. هما:

(١) الصدق الظاهري وذلك بعرضهما على الخبراء من ذوي الاختصاص.

(٢) صدق البناء في ضوء حساب القوة التمييزية .

كما تم حساب الثبات بأساليب متنوعة . اذ بلغ معامل الارتباط لمقياس اللياقة النفسية (٠,٨٤) بطريقة الفاكرونباخ و (٠,٨٥) بطريقة التجزئة النصفية. وبلغ مجموع فقرات مقياس اللياقة النفسية (٢٠) فقرة. وتم بناء برنامج إرشادي على وفق احتساب الوسط المرجح والنسبة المئوية . وتم تحديد الحاجات والموضوعات والأنشطة



والاستراتيجيات للبرنامج الإرشادي وتكون البرنامج من (٨) جلسات إرشادية . وتم عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس لاستخراج صدق البرنامج .

كما وضعت الباحثة بعضاً من التوصيات والمقترحات

The effect of cognitive counseling on the development of psychological fitness among students of the College of Basic Education / University of Diyala

Summary of the research

The current research aims at the following:

١. Identify the extent to which students of the College of Basic Education possess a measure of psychological fitness.

٢. Building a cognitive counseling program for the development of psychological fitness among students of the College of Basic Education.

3. Identifying the effect of the cognitive counseling program on developing the psychological fitness of students of the College of Basic Education by testing the following hypotheses- :

A-There are no statistically significant differences in the development of psychological fitness at the level of (0.05) for the control group in the test (pre – post).

b-There are no statistically significant differences in the development of psychological fitness at the level of (0.05) for the experimental group in the (pre-post) test.



C-There are no statistically significant differences in the development of psychological fitness at the level of (0.05) between the control and experimental groups in the post-test.

The study population consisted of students from Diyala University / College of basic education. The study sample consists of (٣٢٠) students. To achieve the aims of the study. the researcher used two tools. they are:

- 1) Psychological Fitness Scale.
- 2) A cognitive counseling program prepared by the researcher after using the previous studies.

As it achieved the scale of two types of honesty. namely:

- 1) Virtual honesty by showing them to specialist experts.
- 2) The construction validity in the light of the calculating discriminatory force.

The stability was also calculated by various methods. as the correlation coefficient for the psychological fitness scale was (0.84) by the Fakronbach method and (0.85) by the mid-segmentation method. The weight and percentage. The needs. topics. activities and strategies of the extension program were identified. The program consisted of (8) counseling sessions. The program was presented to a group of experts in education and psychology to extract the validity of the program.

The researcher also put forth some recommendations and suggestions

Keyword: cognitive counseling. psychological fitness



الفصل الاول/الاطار العام للبحث

مشكلة البحث

يرتبط مفهوم اللياقة النفسية ارتباطاً وثيقاً بتكيف الإنسان وتوافقه مع نفسه ومجتمعه. حيث أن على الانسان ان يعيش وضعاً مناسباً من التوازن النفسي والبدني والعاطفي . وفي مختلف مراحل التطور الاجتماعي. وينبغي عليه المحافظة على هذا التوازن في حدود معقولة ومألوفة في البيئة الاجتماعية الجديدة . حيث يؤدي به هذا التوازن الى حياة مستقرة ومثمرة ومفيدة. اما فشله في المحافظة على التوازن النفسي (في أي مرحلة من الحياة) فقد يلقي به في هوة الاضطراب النفسي . (العظماوي . ١٩٨٤ . ص ٦)

ويمكن القول إن الفرد الذي يتمتع باللياقة النفسية ينظر إلى نفسه وإلى مشكلاته نظرة موضوعية أو يسلك وفقاً لواقعه الموضوعي. ويكون لديه استبصار بسلوكه وتعلم استجابات متماسكة أزاء مشكلاته (جابر والشعبي. ١٩٦٣ . ص ٢٠٤).

واللياقة النفسية ليس ترفاً بل ضرورة ملحة يحتاجها التقدم العلمي وهي من المعايير التي يقاس بها تقدم الأمم وتطورها. لذا فان مشكلة البحث الحالي تنبثق من خلال السؤال الاتي (ما مدى تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة الجامعة)

الاهمية

يتميز العصر الحالي بالحركة والتطور السريع. حيث نجد كثيراً من الدول تعتمد في تقدمها وتطورها على إتباع الأسلوب العلمي في حل المشكلات التي تواجه الإنسان من خلال تفاعله مع بيئته . وإن المجتمع السليم هو الذي يتكيف افراده نفسياً على وفق متطلبات البيئة الاجتماعية والاقتصادية والتربوية فتكون انماط السلوك لديهم متلائمة مع هذه المتطلبات (الشابندر . ١٩٦٨ . ص ١٣٢). ولا تقل اللياقة النفسية أهمية عن اللياقة البدنية . بل قد تبقى اللياقة البدنية عاجزة عن اصفاء السعادة على الانسان ما لم تتوافر اسباب اللياقة النفسية. وفي الاهتمام بالصحة العامة لابد ان يكون هناك اهتمام باللياقة النفسية . فلا يستغني الجسم عن صحة النفس . ولا تستغني النفس عن صحة الجسم (محمود. ١٩٨٥ . ص ١٣).



وتعد اللياقة النفسية هي أحد المؤشرات الهامة في الصحة النفسية والتي تميز الفرد بصفات وفضائل معينة تميزه عن غيره والتي تجعل صاحبها متفاهم مع نفسه والبيئة المحيطة مما يحقق الاستقرار النفسي والرضا والتصالح مع النفس والمجتمع .

وهكذا يمكن للصحة النفسية أن تقدم الكثير نحو تحقيق شخصيات إيجابية متكيفة مع نفسها ومع مجتمعتها . قادرة على تجنب كل ما يعترى حياتهم ويسبب لهم الاضطراب والقلق . كما أنها تهتم بمساعدة الأفراد في تأدية أدوارهم في الحياة على أحسن صورة . مما يؤدي بهم الى حالة من الرضا والسعادة والثقة بالنفس (الهابط . ١٩٨٥ . ص ٩) ومما زاد الحياة تعقيداً وصراعاً. تقدم الحضارة والتقدم العلمي الحديث . وهنا دعت الضرورة الى زيادة العناية بالصحة النفسية. والعمل على إعادة التوازن الى الفرد بنشر قواعد الصحة النفسية والعمل على تطبيقها في أوسع مدى ممكن . وان اعداد البرامج الارشادية والمتمثلة باستخدام اساليب الارشاد التنموي والوقائي لها الاثر الكبير في تعزيز وتنمية الصحة النفسية والتي منها اللياقة النفسية .

وتتبع أهمية الدراسة الحالية من الأهمية الكبيرة لدراسة شخصية الطالب الجامعي الذي يعد غاية ووسيلة التربية التي استحوذت على جانب كبير من عناية دول العالم . فالطالب الجامعي له الدور البارز والأساسي في نمو وتقدم الشعوب.

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي تحقيق ما يأتي:-

١. التعرف على مدى امتلاك طلبة كلية التربية الاساسية مقياس اللياقة النفسية.
٢. بناء برنامج ارشادي معرفي لتنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية .
٣. التعرف على تأثير برنامج الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية من خلال اختبار الفرضيات الاتية :-
 - أ - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (٠,٠٥)
 - للمجموعة الضابطة في الاختبار (القبلي — البعدي) .



ب - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (٠,٠٥) للمجموعة التجريبية في الاختبار (القبلي — البعدي) .

ج - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تنمية اللياقة النفسية عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي .

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالتعرف على تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية وللعام الحالي (٢٠٢٠ – ٢٠٢١) .

تحديد المصطلحات

اولاً :- التأثير The Effect :-

عرفه الحنفي (١٩٩١) : هو مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل.

ثانياً:- الارشاد المعرفي Cognitive Counseling

التعريف النظري :- قامت الباحثة باعتماد التعريف الاتي وفقاً لنظرية العلاج المعرفي المتبنية في هذا البحث للعالم (Beck) هو العملية التي تزيل الالم النفسي و تساعد المسترشد على تصحيح مفاهيمه الخاطئة والتعامل بواقعية مع خبراته وتغيير انماط تفكيره وطبيعة ادراكه للأمور . (Beck . 1991 . p. 370)

التعريف الاجرائي :- هو مجموعة من الإجراءات الإرشادية المترابطة . والمنظمة . والتي تتمثل في الفنيات الإرشادية التي اتخذتها الباحثة في برنامج الارشاد المعرفي بهدف رفع كفاءة الطلبة من خلال تنمية اللياقة النفسية.

ثالثاً:- اللياقة النفسية

التعريف النظري :- قامت الباحثة باستنتاج التعريف الاتي وفقاً للنظرية المعرفية المتبنية في هذا البحث للعالم (Beck) (هي القدرة على التعامل مع المثيرات بقدر من الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وتنظيمها وفقاً لانفعالات الاخرين للاندماج معهم في علاقات انفعالية واجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي الفكري والنفسي) (أبو اسعد ٢٠٠٩ ص٢٠٧).



التعريف الاجرائي :- هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مقياس اللياقة النفسية والذي اعتمدته الباحثة في البحث الحالي .

الفصل الثاني / الاطار النظري

اولاً:- اللياقة النفسية

اللياقة النفسية هي معرفة وفهم الفرد لمشاعره . وكيفية توظيف هذه المشاعر من أجل تحسين الأداء وتحقيق الأهداف التنظيمية . مصحوبة بالتعاطف والفهم لمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى علاقة ناجحة معهم (عبدالمعظم أحمد الدردير . ٢٠٠٤ ص ٢٥) . وأن الأفراد الذين يتميزون باللياقة النفسية لديهم توازن في انفعالاتهم ولديهم القدرة على التفكير والتوافق والمواجهة الناجحة للمشكلات والمواقف المختلفة في المنافسات . (أسامة راتب . ٢٠٠٤ . ص ٧٣)

ويرى اتكنسون (Atkinson) أن الفرد السوي يمتلك درجة أكبر من الفرد غير السوي في المفاهيم الآتية :

١ . الإدراك الفعّال للواقع : إن الأفراد الاعتياديين واقعيون باعتدال في تثمينهم أو تقديرهم لما يوجد من ردود أفعال . وقدرة على تفسير ما يجري حولهم في العالم ولا يخسرون قابلياتهم ولا يهتمون بما هو فوق قابلياتهم .

٢ . معرفة الذات : الناس المتوافقون جيداً يملكون بعض الوعي أو الدراية لما لديهم من دوافع ومشاعر على الرغم من أن لا أحد يستطيع تماماً فهم مشاعره وسلوكه . كذلك الاعتياديون لا يخفون مشاعرهم المهمة ودوافعهم عن أنفسهم .

٣ . القدرة على ممارسة السيطرة الإرادية أو الطوعية على السلوك : الأفراد الاعتياديون يشعرون بقدراتهم للسيطرة على سلوكهم . أحياناً يتصرفون باندفاع ولكنهم قادرين على قمع أو ضبط الدوافع أو التحريضات الجنسية والعنصرية عند الضرورة .

٤ . قبول واحترام الذات : الناس المتوافقون جيداً يملكون دراية معقولة أو تقديرًا لما لديهم من استحقاق أو قيمة للذات والشعور بالقبول لدى الآخرين .

٥ . القدرة على تكوين علاقات ودية : إن الأفراد الأسوياء قادرون على تكوين علاقات الالفة و الصداقة مع الآخرين . وهم حساسون لمشاعر الآخرين وليس لديهم مطالب



زائدة أو مفرطة من الآخرين لإشباع حاجاتهم . وفي أكثر الأحيان فإن المضطربين نفسياً مهتمون أو متعلقون جداً بحماية أمنهم . لذلك يكونون متمركزين جداً حول الذات . ويبحثون أو يطلبون المودة لكنهم غير قادرين على المشاركة أو التبادل والأخذ والعطاء .
٦. الإنتاجية : الناس المتوافقون جيداً . قادرون على توجيه قدراتهم لتكون منتجة وفعالة .
(Atkinson . 1987 . PP. 490-491)

ثانياً : اللياقة النفسية من وجهة نظر (أرون بيك)

تشير نظرية (Beck) إلى أن الناس هم نتاج التفاعل بين العوامل الفطرية والبيولوجية والنمائية والبيئية ويؤكد على دور العمليات المعرفية في نمو المشكلات النفسية ويرى أن ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة وتلقائية للمثير الخارجي. وإنما يكون هناك تحليل للمثيرات وتفسير لها من خلال النظام المعرفي (العقلي) الداخلي . وقد ينتج عن عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية وجود الاضطرابات النفسية . (الشناوي . ١٩٩٤ . ص ص ١٤٥-١٤٨) . والشخص المضطرب نفسياً ربما لديه زيادة وتعميم عن الحوادث الثانوية والتفكير بأنه عديم الأهمية (لا قيمة له) . و الفرد تكون أفكاره مرتبطة بما يشعر به . إذ إن الأفكار السلبية تكون مرتبطة بالمشاعر السلبية مثل الحزن. خيبة الأمل. والقلق تماماً والأفكار الايجابية التي تكون مرتبطة بالمشاعر الايجابية مثل الفرح والابتهاج (Simons. 1994. PP. 378. 132) استناداً الى ذلك فان الفرد الذي يمتلك لياقة نفسية من وجهة نظر نظرية العلاج المعرفي لديه القدرة على التعامل بواقعية مع خبراته وتغيير انماط تفكيره وطبيعة ادراكه للأمور وهذه العملية تعرف بـ(التحقق من الدافع) .

ثالثاً:- الدراسات السابقة

١. دراسة الحازمي (٢٠١٩)

هدفت الدراسة الى (التعرف علي مستويات اللياقة النفسية لدي حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية ومستوى اتخاذ القرار). والتعرف على مدى العلاقة بين اللياقة النفسية و اتخاذ القرار . أستخدم الباحث المنهج الوصفي . تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية وقد بلغ قوام عينة البحث (٦٤) حكم من حكام الساحة وحكام المساعدين خلال الموسم الرياضي (٢٠١٨ - ٢٠١٩ م)



واشتملت أدوات البحث على مقياس اللياقة النفسية الإلكتروني . و مقياس اتخاذ القرار الإلكتروني. وتوصل الباحث إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية داله إحصائياً بين محاور ومقياس اتخاذ القرار ومحاور ومقياس اللياقة النفسية لدى حكام كرة القدم . كما توجد اختلافات في استجابات الحكام وفقاً للفئات العمرية ولصالح الفئة العمرية الأكبر .

٢. دراسة الزاملي (٢٠١١)

هدفت الدراسة الى معرفة (اللياقة النفسية كمؤشر لقبول الطلبة المتقدمين لكلية التربية الرياضية جامعة القادسية) استخدم الباحث المنهج الوصفي اما عينة البحث فقد اختار الباحث (١٦٠) طالب من الطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية جامعة القادسية من اصل (٥٨٠) طالب متقدم للقبول للعام الدراسي (٢٠١٠-٢٠١١) وتم بناء مقياس اللياقة النفسية. يتكون من (٣٦) فقرة تقيس اللياقة النفسية التي تعبر عن مدى مقبولية الطالب في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية وتوصلت الدراسة الى ان افراد العينة يتمتعون بلياقة نفسية جيدة.

الفصل الثالث / منهجية البحث واجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضاً للمنهجية المتبعة في اعداد هذه الدراسة . فضلاً عن الاجراءات البحثية من حيث تحديد التصميم التجريبي . ومجتمع البحث وعينته .

التصميم التجريبي : Experimental Design

اعتمدت الباحثة على التصميم التجريبي (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) مع الاختبار (القبلي والبعدي). إن هذا التصميم يمنح الباحث قدراً مقبولاً من الثقة إذ أن الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق الأسلوب الإرشادي ينجم عن تأثير الأسلوب وحده . (نيل. 1982. ص75) وقد قامت الباحثة بالخطوات الآتية لغرض وضع التصميم التجريبي :-

- 1- اختيار (20) طالب وطالبة عينة لموضوع البحث بعد اجراء الاختبار القبلي ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس اللياقة النفسية .
- 2- تم توزيع افراد العينة بصورة عشوائية الى مجموعتين . مجموعة ضابطة (Control group) ومجموعة تجريبية (Experimental group)
- 3- تم تقديم البرنامج للمجموعة التجريبية . في حين لم يقدم أي برنامج للمجموعة الضابطة .



4- اجراء اختبار بعدي لمعرفة الفروق ودلالاتها بالنسبة للمجموعة الضابطة والتجريبية.

مجتمع البحث : Research Population يقصد بمجتمع البحث المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث الى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (عودة وملكاوي.1992. ص159). ويشمل مجتمع البحث الحالي طلبة جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية للعام الدراسي (٢٠٢٠- 2021) .

عينة البحث Sample of Research من الخطوات المهمة في اجراء معظم البحوث النفسية اختيار أفراد العينة التي يجب أن تكون ممثلة للمجتمع بشكل صحيح. (Lefrancois.2000: 14) أجريت هذه الدراسة على عينة تطبيقية بلغ قوامها (٣٢٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة ديالى وتم اختيارها بالطريقة العشوائية التطبيقية. والجدول (٢) يوضح ذلك:

الجدول (١)

عينة البحث في كلية التربية الاساسية موزعين بحسب الجنس والنسب المئوية

عينة البحث	عدد البنين	عدد البنات	العدد الكلي
٣٢٠	١٥٦	١٦٤	٣٢٠
النسبة المئوية	٥١%	٤٨%	١٠٠%

عينة الاسلوب الارشادي: لاختيار عينة البرنامج الارشادي . قامت الباحثة بالخطوات الاتية :- تطبيق مقياس اللياقة النفسية على طلبة الجامعة والبالغ عددهم (٣٢٠) طالب وطالبة . وبعد تطبيق مقياس اللياقة النفسية رتبت درجات الطلبة تنازلياً . واختير (20) طالب من اللذين حصلوا على درجات كلية اقل من درجة الوسط الفرضي . ثم قسمت العينة عشوائياً على مجموعتين . المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة التي تعد معياراً للحكم على أثر الأسلوب . وبذلك بلغ عدد كل مجموعة (10) طالب وطالبة .

أداتا البحث (Research of tools): بما ان البحث الحالي يرمي الى معرفة تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى . لذا توجب توفر اداتين لقياس متغيرات البحث . حيث قامت الباحثة ببناء مقياس اللياقة النفسية . وبناء برنامج ارشادي معرفي.
اولاً : مقياس اللياقة النفسية

❖ **التطبيق الاستطلاعي لمقياس اللياقة النفسية:**



لأجل التأكد من وضوح تعليمات الاختبار ووضوح فقراته وملاءمتها والمدة التي يستغرقها الاختبار . قامت الباحثة بتطبيقه بتاريخ (1 / ١٠ / ٢٠٢٠) على عينة استطلاعية مكونة من (٩٠) طالباً وطالبة اختيروا بصورة عشوائية من كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى .

إثناء اشراف الباحثة على التطبيق وجدت أن فقرات المقياس كانت مفهومة . وتعليمات الاجابة واضحة. وقامت الباحثة بتسجيل وقت انتهاء أول إجابة عن المقياس وآخر إجابة. فكانت (٣٠ . ٢٢) دقيقة . وبذلك فأن معدل الوقت الزمني المستغرق للإجابة عن المقياس (٢٦) دقيقة.

❖ الصدق البناء

❖ القوة التمييزية لفقرات المقياس اللياقة النفسية :

الجدول (٢)

القوة التمييزية لفقرات مقياس اللياقة النفسية عند طلبة كلية التربية الأساسية

الدالة الإحصائية ٠,٠٥	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت الف قرة
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	١١,٥٥	٠,٣٨	١,٣٠	٠,٥٦	٢,٣٤	١
دالة	٧,٩٨٦	١,٠٨٩	١,٥٤	١,٦٨٥	٢,٠٦	٢
دالة	٨,٣٨٦	٠,٨٩٠	١,٣٦	١,٤٥٣	٢,٧٦	٣
دالة	٥,٧٧	٠,٣٩	١,٦٠	٠,٥٧	٢,١٢	٤
دالة	٧,٨٦٤	٠,٤٧٦	١,٨٢	١,٢٥٠	٢,٦٧	٥
دالة	٩,٣٧١	٠,٩٧٤	١,٣٨	١,٦٧٥٩	٢,٢٩	٦
دالة	٧,١٣١	٢,٢٣٨	١,٢٢	٢,٢٨٧٠	٢,٠٣	٧



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/٢٠٢٠)

دالة	٨,٧٦٩	٠,٧٨٩٩٤	١,٣٩	١,٥٤٦	٢,٨٩	٨
دالة	٩,٩٧٧	٠,٧٨٩٩٤	١,٤٦	١,٢٦٨٥	٢,٢٥	٩
دالة	٩,٦٦	٠,٣٨	١,٣٦	٠,٦٦	٢,٢٣	١٠
دالة	٩,٦٣٧	٠,٢٠٦	١,٣٧	١,٢٦٨	٢,٦٦	١١
دالة	٩,٨٨٧	٠,٧٥٤	١,٤٠	١,٣٠٥	٢,٨٢	١٢
دالة	١٠,٣٣	٠,٤٥	١,٥١	٠,٥١	٢,٤٤	١٣
دالة	٦,٠٨٢	٠,٧٦٨	١,٥٢	١,٣٧٠	٢,٣٧	١٤
دالة	٥,٥٠٤	١,٦٧٩	٢,٣٨	١,١٥١	٢,٤١	١٥
دالة	١٣,١٢	٠,٣٣	١,٣٨	٠,٤٣	٢,٤٣	١٦
دالة	٨,٨٨١	١,٤٦٤٣	٢,٣٧٩٦	٠,٩٤٨١٢	٣,٨٧٠٤	١٧
دالة	٤,٢٣٠	١,١٢٩٦	٢,٤٣٥٢	١,٣٩٧٥	٣,١٦٦	١٨
دالة	٧,٢٨٤	١,٣٧٩٦	٢,٦١١١	١,١٠٩١	٣,٨٥١٩	١٩
دالة	٦,٩١٨	١,٤٤٠٤	٣,٠٠٠	١,١٣٨٤	٤,٢٢٢	٢٠

• عند مستوى جدولية ١,٩٦

❖ الثبات

١- طريقة ألفا كرونباخ

تم حساب معامل ألفا (معامل الاتساق الداخلي) للمقياس بعد تطبيقه بتاريخ (١٠/ ٢٠٢٠) على عينة استطلاعية مكونة من (٩٠) طالباً وطالبة اختيروا بصورة عشوائية من كلية التربية الاساسية . وحسب معامل ارتباط ألفا كرونباخ . إذ بلغ معامل ألفا (٠,٨٤) ويعد معامل الثبات هذا جيداً. (عودة . ١٩٩٨ . ص ٣٦٦)

٢- طريقة التجزئة النصفية:

اذ تم تجزئة فقرات المقياس الى زوجية وفردية وكانت نتيجة الثبات المحسوبة بالتجزئة النصفية هي (٠,٧١) وباستخدام معادلة سبيرمان- براون التصحيحية اصبحت قيمة معامل الثبات (٠,٨٥). ويعد هذا الاختبار ذو ثبات جيد .

2- البرنامج الارشادي : اتبعت الباحثة عدة خطوات لبناء البرنامج وهي بحسب ما يشير اليه Broders : (تحديد الحاجات . تحديد الاولويات . تحديد اهداف البرنامج وغاياته . اختيار الانشطة وتنفيذها . تقويم البرنامج) . (Broders & Drury .1992 .p.487)

1 (تحديد الحاجات : وتعد حجر الاساس في عملية التخطيط . حيث بعد ان طبقت الباحثة مقياس اللياقة النفسية على الطلبة ووفقاً لإجاباتهم تم احتساب اوساطهم المرجحة وأوزانهم المئوية وجاءت مرتبة تنازلياً كما هو موضح في

الجدول (٣)

ترتيب الفقرات تنازلياً حسب اوزانها المئوية والوسط المرجح لها



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ت	الفقرات	الوسط المرجح	الوزن المنوي
١	اجد نفسي مكلفاً بواجبات لا تتناسب مع قدراتي	2.198	73.27
٢	ارفض القيام بالأعمال التي تتصف بالتنوع والتعبير	2.178	72.6
٣	تنتابني مشاعر الغضب عندما تتعارض ارائي مع اراء الآخرين.	1.98	66
٤	اغضب لأبسط الاسباب مع الآخرين دون مبرر حقيقي	1.978	65.93
٥	اجد اني غير قادر على ايجاد الكلمات المناسبة عند الحديث مع الآخرين	1.968	65.6
٦	استطيع ان اسيطر على انفعالاتي عندما يوجه لي أي لوم	1.965	65.5
٧	اعاني من كثرة التناقضات في الواجبات الدراسية	1.948	64.93
٨	استطيع القول ان ظاهرة الوساطات متفشية في الوسط الجامعي .	1.945	64.83
٩	اعتقد ان لدي القدرة على فهم مشاعر الآخرين	1.925	64.17
١٠	اشعر بان علاقتي الانسانية جيدة وطيبة مع الآخرين	1.925	64.17
١١	تقاولي يشعروني بالسعادة دائماً.	1.913	63.77
١٢	اراجع نفسي لا جعل منها شخصية متكاملة	1.91	63.67
١٣	اتسامح مع من يسئ اليه لكن بعيداً عن المبالغة	1.908	63.6
١٤	اجد نفسي اراجع الواجبات التي قمت بها مراراً دون سبب.	1.905	63.5
١٥	اميل الى تحطيم ممتلكات الجامعة في حال حصولي على درجات قليلة او فشلت في الامتحان	1.898	63.27
١٦	ارى من الطبيعي ان يكون الفرد متمسكاً بالتقاليد الاجتماعية الصارمة .	1.89	63
١٧	ارفض كشف مشاعري الشخصية مهما كانت	1.888	62.93
١٨	احافظ دائماً على سلامة جسمي.	1.883	62.77
١٩	امتاز بالدقة والتنظيم في كل مجالات حياتي	1.88	62.67
٢٠	اهتم بالآخرين لدرجة يمكنني ان اضحي براحتي من اجلهم	1.875	62.5



2 (**تحديد الأولويات :** حددت الاولويات من خلال ترتيب فقرات المقياس تنازلياً اذ اعتبرت الفقرة التي حازت على وسط مرجح اقل من (٢) بمثابة مشكلة تؤدي الى انخفاض اللياقة النفسية وقد تبين ان هناك (١٨) فقرة (مشكلة).

3 (**تحديد الاهداف :** حدد الهدف العام من البرنامج الارشادي هو تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى/ كلية التربية الاساسية باستخدام برنامج ارشادي ولغرض تحقيق ذلك تم تحديد الحاجات والاهداف الخاصة لكل جلسة ارشادية بما ينسجم مع موضوع الجلسة.

4 (**اختيار الانشطة لتنفيذ البرنامج الارشادي على وفق اعادة البناء المعرفي :** لقد تم استخدام عدد من الانشطة والاستراتيجيات منها :- (رصد عملية التفكير غير السوية . ملئ الفراغ . تغيير القواعد. توثيق الاستنتاجات) بالإضافة الى

١. المناقشة : تناقش الباحثة موضوع الجلسة مع افراد المجموعة الارشادية وذلك من اجل سماع آرائهم وافكارهم حول الموضوع .والمناقشة طريقة ارشادية علمية تربوية تستهدف تغيير السلوكيات والافكار والمعتقدات الخاطئة لدى المسترشدين .

٢. التعزيز الاجتماعي : هو التشجيع اللفظي والمعنوي مثل الثناء على المسترشد ومدحه بكلمات مثل (احسنت . بارك الله فيك . الخ) وللتعزيز الاجتماعي تأثير على سلوك المسترشد (زهران . ١٩٨٨ . ص ١٧٦).

٣. التغذية الراجعة : هي تعبير لفظي مباشر تمنح الفرد او لمجموعة بعد اتمام عمل معين وتكون على نوعين هما (الايجابية والتصحيحية) فالتغذية الراجعة الايجابية تهدف الى تعزيز الاستجابة الصحيحة فضلاً عن تقديم التشجيع للأفراد (Kelly. 1982. p.343). اما التغذية الراجعة التصحيحية تهدف الى تعديل الاستجابة الخاطئة مع اضافة مقترحات لأجل الحصول على الاستجابة الصحيحة والاستمرار عليها . Eister & (Frederson. 1980. p.16)

٤. التقويم : ان تقويم (تقدير) النتائج في عملية الارشاد والعلاج النفسي امر اساس لا يقل اهمية عن تقدير السلوك الانساني . لأنه اذا تحققت الاهداف بكفاية عالية فأن ذلك سينعكس بالضرورة على التغيرات الايجابية التي ستطرأ على سلوك الفرد (عمر .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

2004. ص 533) . والهدف الاول والاكبر لتقويم البرنامج هو الاصلاح والتصحيح والتحسين وتلافي اوجه النقص في خدماته ووسائله وطرق تنفيذه .

٥. التدريب البيتي : يقصد به الجانب التطبيقي الذي يعطي فرصة لافراد المجموعة لاجل تطبيق المهارات التي تدربوا عليها في الجلسات التدريبية في المواقف الحياتية الواقعية . والتدريب البيتي يمكن تنفيذ نشاطاته داخل الجلسة او خارجها . (Black. p.136 1983)

صدق البرنامج : عرض البرنامج على وفق طريقة (تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية) على مجموعة من الخبراء المتخصصين في الارشاد النفسي والعلوم النفسية والتربوية (ملحق ١) .

تنفيذ البرنامج : تم تطبيق البرنامج في يوم الاحد الموافق ٢٠/١٠/٢٠٢٠ . وحدد عدد الجلسات الارشادية بـ (٨) جلسة و بواقع ثلاث جلسات في الاسبوع . كذلك تم تحديد مكان وزمان الجلسات الارشادية حيث تم استخدام الـ (Googlemeet) . وانتهى البرنامج يوم الثلاثاء الموافق 2020/11/5 واستغرقت كل جلسة (45) دقيقة والجدول (٤) يوضح ذلك .

الجلسات الارشادية وموضوعها وتاريخ انعقادها

ت	الجلسات الإرشادية	يوم وتاريخ انعقادها	موضوع الجلسة
1	الجلسة الأولى	الثلاثاء ٢٠/١٠/٢٠٢٠	الافتتاحية
2	الجلسة الثانية	الخميس ٢٢/١٠/٢٠٢٠	ذكاء التكيف
3	الجلسة الثالثة	الاحد ٢٥/١٠/٢٠٢٠	الثقة بالنفس
4	الجلسة الرابعة	الثلاثاء ٢٧/١٠/٢٠٢٠	الاتزان الانفعالي
٥	الجلسة الخامسة	الخميس ٢٩/١٠/٢٠٢٠	ضبط النفس
٦	الجلسة السادسة	الاحد ١/١١/٢٠٢٠	التسامح مع الآخرين
٧	الجلسة السابعة	الثلاثاء ٣/١١/٢٠٢٠	المناقشة والحوار الايجابي
٨	الجلسة الثامنة	الثلاثاء ٥/١١/٢٠٢٠	الختامية

وفيما يلي عرض لجلسات البرنامج :



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة الأولى

موضوع الجلسة	الافتتاحية
الحاجة المرتبطة بالموضوع	- تعريف أفراد المجموعة الإرشادية بالبرنامج الإرشادي. - التعرف على المرشدة. - التعرف على الزمان والمكان للجلسة.
هدف الجلسة	تحقيق لقاء تعارفي بين المرشد وافراد المجموعة الارشادية
الأهداف السلوكية	- كسر الحاجز النفسي بين المرشد والطلبة . - التعرف بين اعضاء البرنامج . - التعرف على المرشد .
الأنشطة	- تعريف أفراد المجموعة الإرشادية بالهدف العام من البرنامج الإرشادي. - تعرف المرشدة نفسها للمجموعة الإرشادية وتقوم بالترحيب بهم. - الاتفاق على تحديد وقت ومكان الجلسات الإرشادية. - حث أفراد المجموعة الإرشادية على التعاون فيما بينهم. - حث أفراد المجموعة على الحضور للجلسات.
التقويم	هل يوجد طالب لا يرغب بالانضمام للبرنامج .
التدريبي البيئي	يطلب المرشد من أفراد المجموعة الإرشادية كتابة آرائهم ومقترحاتهم حول ما دار في الجلسة ليتم مناقشته في الجلسة القادمة .

إدارة الجلسة الأولى : مدة الجلسة : 45 دقيقة

موضوع الجلسة : الافتتاحية

-ترحب المرشدة بأفراد المجموعة الإرشادية واحد يلو الأخرى .
-تبدأ المرشدة بتعريف نفسها لأفراد المجموعة ومهنته . والتعرف على كل واحد من خلال عبارات مطمئنة وباسمة .
-تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية بأن يقدم كل طالب اسمه الكامل ويتحدث عن نفسه .

- تحرص المرشدة على ان يكون الحوار بعيداً عن الاستجواب .
-توضح المرشدة للطلبة ماذا تعني كلمة برنامج ؟ وما أهدافه ؟ وما الانشطة المقدمة ؟ وما القواعد التي يستند عليها البرنامج من خلال النقاط الاتية :
- 1 - ان البرنامج عبارة عن (٨) جلسة بمعدل جلستين كل اسبوع. وكل جلسة تحمل عنواناً وموضوعاً ونشاطاً معيناً .
 - 2 - ان الهدف الرئيس من البرنامج هو خدمة البحث العلمي وبالتالي خدمة الطلبة .
 - 3 - الانشطة المستخدمة .
 - 4 - من القواعد الرئيسة بالبرنامج هي :



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢) المحور الخامس

- الالتزام بالمواعيد من حيث الزمان والمكان المحددين .
 - المحافظة على سرية ما يدور في الجلسات .
 - توجيه سؤال للطلبة فيما اذا كان احدهم لا يرغب بحضور الجلسات.
 - فسح المجال للطلبة لطرح اي سؤال او ايضاح وابداء الآراء والمناقشة فيما تم طرحه .
 - التقويم : هل يوجد طالب لا يرغب بالانضمام للبرنامج .
 - الواجب البيتي : تطلب المرشدة من الطلبة كتابة آرائهم ومقترحاتهم حول ما دار في الجلسة ليتم مناقشتها في الجلسة القادمة .
- مدة الجلسة: 45 دقيقة
- الجلسة الثانية

موضوع الجلسة	ذكاء التكيف
الحاجة المرتبطة بالموضوع	خلق ذكاء التكيف لدى المسترشد
هدف الجلسة	تنمية ذكاء التكيف عند المسترشدون .
الأهداف السلوكية	--أن يعرف المسترشد معنى ذكاء التكيف --أن يتخلص الطالب من قواعد غير واقعية وتحولها الى قواعد واقعية تكيفية.
فنية التنفيذ	- تغيير القواعد
الأنشطة	- متابعة التدريب ألبيتي وتقديم الشكر والثناء على المسترشدون الذين أنجزوه بشكل جيد. - تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة وهو (ذكاء التكيف) ومن ثم توضيحه من خلال التعريف الاتي :- قدرة الفرد على استيعاب المعلومات الجديدة واختيار المناسب منها ومن ثم دمجها في الحياة والمجتمع . - تقوم المرشدة بمناقشة أفراد المجموعة الموضوع من خلال السؤال الاتي: ما هي انطباعاتك عن الظروف الحالية ؟ وما تأثيرها عليك؟ - تقوم المرشدة بتحديد الأفكار الغير واقعية التي تثبط تكيف المسترشد. ونقد تلك الأفكار من خلال إظهار سلبيات تلك الأفكار واستبدال تلك الأفكار بأفكار واقعية. أي تبني الأفكار الايجابية وترك الأفكار السلبية.
التقويم	- تقوم المرشدة بتلخيص ما دار في الجلسة وتحديد الايجابيات والسلبيات .
التدريبي البيتي	تطلب المرشدة من كل مسترشد كتابة بعض من ايجابيات التطور والتكنولوجي .

مدة الجلسة : 45 دقيقة

إدارة الجلسة الثانية :-



موضوع الجلسة : ذكاء التكيف

-تقوم المرشدة التربوي بالترحيب بالمستترشدين الذين حضروا الجلسة الارشادية .

- تقوم المرشدة بتقديم الموضوع وهو (ذكاء التكيف).ثم تعريفه وهو: (قدرة الفرد على استيعاب المعلومات الجديدة واختيار المناسب منها ومن ثم دمجها في الحياة والمجتمع).

- تقوم المرشدة بمناقشة أفراد المجموعة الموضوع من خلال السؤال الآتي :ما هي انطباعاتك(مشاعرك واحاسيسك) حول الظروف الحالية وما تأثيرها عليك؟

- تقوم المرشدة بتحديد الأفكار غير الواقعية التي تثبط التكيف عند المسترشد منها(ليس لديه الشجاعة الكافية لمواجهة التغييرات او لا امتلك القدرات التي تمكنني من مواكبة التطورات الحاصلة او لست مقتنعا بما يجري) تقوم المرشدة بنقد تلك الأفكار من خلال إظهار السلبيات وتأثيرها على سلوك المسترشد وكيف ان عدم التكيف يؤدي الى الانقراض كذلك ان من متطلبات الحياة الاستدامة أي تحقيق التوازن بين التنمية المستدامة والتنمية الاجتماعية بمعنى اخر نوازن بين مانحن عليه والتطورات الحاصلة بالمجتمع كذلك ان تقبل التطورات الحاصلة فيها فائدة للبشرية مثال على ذلك (الحفاظ على البيئة من خلال الحصول على وسائل بديلة للطاقة كالشركات المصنعة للسيارات التي تعتمد على الكهرباء) خلاصة القول على الانسان لا ينظر الى التطورات من زاوية واحدة وانما يمد بصره لزاوية عديدة فيها ايجابيات ومنافع واسترخاء وتقليل العناء في بعض المجالات.

- تقوم المرشدة بتقديم التعزيز المعنوي من خلال ترديد لكلمات المدح والتشجيع للطلبة المناقشين بالجلسة. التقويم : تقوم المرشدة بتلخيص مادار في الجلسة وتحديد الايجابيات والسلبيات .

الواجب البيئي : تطلب المرشدة من كل مسترشد كتابة بعض من ايجابيات التطور العلمي والتكنولوجي

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة الثالثة

موضوع الجلسة	الثقة بالنفس
الحاجة المرتبطة بالموضوع	تنمية الثقة بالنفس لدى الطلبة
هدف الجلسة	- معرفة الطلبة اسباب نقص الثقة بالنفس. -معرفة افراد المجموعة على اساليب لاكتساب الثقة بالنفس.
الأهداف السلوكية	--أن يتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على معنى الثقة بالنفس



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/٢٣-٢٤)

- ان يتحمل أفراد المجموعة الإرشادية مسؤوليتهم من اجل أن تكون ثقة بأنفسهم. - أن يعرف أفراد المجموعة الإرشادية الطرائق التي تساعد على ثقتهم بأنفسهم.	
ملئ الفراغ	فنية التنفيذ
متابعة المرشدة للتدريب البيئي لأفراد المجموعة الإرشادية وتقديم الشكر والثناء للمسترشدين الذين ساهموا في انجاز التدريب البيئي. - تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة وهو (الثقة بالنفس). - تبحث المرشدة مع الطلبة عن الاسباب التي تحول دون تحقيقهم لثقتهم بأنفسهم من وجهة نظرهم. - تنتقد المرشدة الطرائق السلبية التي يفكر بها الأفراد تجاه المواقف التي يمرون بها. وتوجههم إلى الطرق الصحيحة في التعامل مع تلك المواقف. - تطلب المرشدة من أحد المسترشدين بلعب دور الفرد الواثق من نفسه أمام أفراد المجموعة. وكيف يتصرف بثقة عالية أمامهم وتوجيه بعض الاسئلة له سواء كانت اسئلة علمية او اجتماعية او ثقافية او دينية ومن ثم يقوم بالإجابة ومناقشتهم في ضوء ذلك . - تقوم المرشدة بتقديم التعزيز للمسترشد.	الأنشطة
- تقوم المرشدة بتلخيص مآدار في الجلسة وتحديد الايجابيات والسلبيات .	التقويم
- تطلب المرشدة من الطلبة تدريب بيتي على أهم ما ورد في الجلسة الإرشادية ومدى إفادتهم وتشخيص نقاط القوة والضعف لغرض الاستفادة منها ومناقشتها في الجلسة القادمة.	التدريبي البيئي

مدة الجلسة : 45 دقيقة

إدارة الجلسة الثالثة :-

موضوع الجلسة : الثقة بالنفس

-تناقش المرشدة التدريب البيئي وتقديم الشكر والثناء للمسترشدين الذين ساهموا في انجاز التدريب البيئي.

-تبدأ المرشدة بتقديم موضوع الجلسة الارشادية وهو(الثقة بالنفس)

-تعرف المرشدة الثقة بالنفس وهي (إيمان الفرد بنفسه وإمكانياته وقدراته والاعتماد عليها وعدم شعوره بالخجل في المواقف الاجتماعية وبأنه مقبول) والثقة بالنفس هي إحدى العوامل المهمة في نمو الشخصية للإنسان وقدرته على التكيف السليم وترتبط الثقة بالنفس بالطموح. فالشخص الواثق من نفسه يكون قادر على وضع أهداف حقيقية له ويتحمل المسؤولية وله القدرة على الإبداع واتخاذ القرار.



-أن مفهوم الثقة بالنفس لا يعني الغرور والغطرسة . وإنما هي نوع من الاطمئنان المدروس إلى إمكانية تحقيق النجاح والحصول على المبتغى. وتنتقد المرشدة الطريقة السلبية في تفسير المواقف. ويؤكد أن التفسير الخاطئ للمواقف هو ما يجعل الفرد قليل الثقة بنفسه.

- تطلب المرشدة من احد الطلبة أن يقف أمام زملائه ويتحدث عن موضوع معين ومناقشة زملائه حول ذلك الموضوع . ثم تسأله المرشدة (ماهي الافكار التي راودتك أي بما فكرت عندما وقفت امام زملاؤك)

_ المسترشد احسست او فكرت انني لا استطيع طرح الموضوع وان زملائي سوف يسخرون مني وانني سوف اتردد ولا اعرف كيف اتكلم .

-المرشدة هذا هو التفسير الخاطئ للمواقف وهو الذي يجعل الفرد قليل الثقة بنفسه . فعليك ان تستبدل هذه الافكار والتفسيرات الخاطئ بأفكار صحيحة وايجابية وان تكون واثق من نفسك وغير متردد ولديك الشجاعة لذلك. واعلم انهم ليسوا احسن منك وانك لديك القدرة على فعل ذلك . يجب ان تذكر المرشدة أن الثقة بالنفس قيمة من قيم تكامل الشخصية وهي أيضا شعور الفرد بكفاءته وقناعاته بما لديه وعدم شعوره بالنقص أو الضعف.

-ولكي تنمي ثقتك بنفسك يمكن أن تقوم بمهارة (كن واثق من نفسك . ولا تشعر بالحرَج أثناء مشاركة الآخرين في بعض الأعمال أو مشاركتهم المناقشة في موضوع ما . كذلك يبين المرشد للطلبة عدم الشعور بالنقصان واعتقادهم أنهم دون الآخرين كون هذا الشعور يولد عدم الثقة بالنفس . تستخدم المرشدة التعزيز لأفراد المجموعة الإرشادية.

التقويم : تقوم المرشدة بتلخيص ما دار في الجلسة وتحديد الايجابيات والسلبيات .
الواجب البيئي : يطلب المرشد من الطلبة تدريب بيئي على أهم ما ورد في الجلسة الإرشادية ومدى إفادتهم وتشخيص نقاط القوة والضعف لغرض الاستفادة منها ومناقشتها في الجلسة القادمة.

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة الرابعة

موضوع الجلسة	الاتزان الانفعالي
الحاجة المرتبطة بالموضوع	تنمية قدرة المسترشدين على الاتزان الانفعالي التخلص من الافكار التي تثير الانفعال.
هدف الجلسة	معرفة المسترشد كيفية تحقيق الاتزان الانفعالي والسيطرة على سلوكه.
الأهداف السلوكية	-إن يتعرف المسترشد معنى الاتزان الانفعالي



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ان يتخلص المسترشد من الأفكار غير العقلانية - أن يتعرف المسترشد قواعد السيطرة على الانفعال.	
رصد عملية التفكير غير السوية.	فنية التنفيذ
متابعة التدريب ألبيني وتقديم الشكر والثناء للطلبة الذين أنجزوا التدريب بشكل جيد. - تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة وهو (الاتزان الانفعالي) . - تقوم المرشدة بتوضيح قواعد السيطرة على الانفعال. - تقوم المرشدة بمناقشة أفراد المجموعة الموضوع تقوم المرشدة بتوجيه السؤال الآتي: لكي يتجنب الفرد الأفكار السلبية ماذا عليه أن يف - تقوم المرشدة بنقد الأفكار غير الواقعية من خلال إظهار سلبياتها واثارها الضارة - تقوم المرشدة بتقديم التعزيز اللفظي للمسترشدين المشاركين بالمناقشة.	الأنشطة
- تقوم المرشدة بتلخيص ما دار في الجلسة وتحديد الايجابيات والسلبيات.	التقويم
- تطلب المرشدة من الطلبة التعامل مع المواقف او الخبرات الغير سارة باستخدام ماذا لو بدلا من استخدام عبارات مأساوية.	التدريبي البيئي

مدة الجلسة : 45 دقيقة

ادارة الجلسة الرابعة :-

موضوع الجلسة : الاتزان الانفعالي

- تقوم المرشدة بمتابعة التدريب ألبيني ويقدم الشكر والثناء للطلبة الذين أنجزوا التدريب بشكل جيد.

- تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة الإرشادية وهو (الاتزان الانفعالي). والذي يعني (حالة من الاستقرار النفسي والثقة بالنفس التي يستطيع فيها الشخص ادراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه ويأتي سلوكه متكيفاً مع الواقع الاجتماعي) .

--تناقش المرشدة الموضوع مع المسترشدين وتوضح لهم بأن عدم القدرة على الاتزان الانفعالي هو نتيجة حتمية لتفكير سلبي ولرؤية سلبية للأمر والمواقف وهذا ما يؤدي إلى ترك اثر بالغ وجوهري في حياة الشخص ونظرته لنفسه وللآخرين ولعلاقته معهم وان عدم الثقة بالنفس والتردد في مواجهه المواقف يؤدي إلى الاضطراب الانفعالي لنفسه ويتعب الآخرين من حوله. وايضاً تقوم المرشدة بتوضيح الاثار السلبية للانفعال وهي (الضرر الجسمي . دقة الحكم أي لا يرى المنفعل الا عيوب خصمه) تطلب المرشدة من افراد المجموعة الإرشادي باستبدال تلك الأفكار بأفكار عقلانية بدل من تلك الأفكار التي تعطل الفرد على التعامل مع مواجهة خبرات الحياة وتعطل التناغم الداخلي للفرد وينتج عنها ردود انفعالية زائدة وغير ملائمة . وزيادة وعي المسترشدين بها لكي يتخلصوا منها.



- ثم تسال المرشدة: (لكي يتجنب الفرد الأفكار السلبية ماذا عليه أن يفعل ؟) .

تناقش المرشدة إجابات الأفراد وتحاول من خلال المناقشة إقناعهم بضرورة تغيير تلك الأفكار اللاعقلانية بأخرى أكثر واقعية . إذ إن الفرد إذا عرف أن اضطرابه وانفعالاته تكون نتيجة لإدراكاته وتصوراتهِ الداخلية فإنه سوف يتعلم أن أفكاره يمكن السيطرة عليها وضبطها وبذلك يتجنب آثارها الضارة ويعيش أمننا سعيداً أو التخلص من الاندفاعية في السلوك والعواطف والأفكار التي تقود الحالة إلى المشاكل . كالحل الأوحـد و عدم المرونة في رؤية الأحداث الحياتية .

- تقدم المرشدة بعض النصائح العلاجية ومنها(نفس عن انفعالاتك بأعمال مفيدة مثل) ممارسة الرياضة . قراءات متنوعة) . تحدي ما هو مطلق (ابدا . دائماً) أي اساءة تفسير الواقع . استخدام الموازنة في المواقف والأشياء أي تحديد الايجابيات والسلبيات والمقارنة بينها . تجنب المواقف التي تثير انفعالاتك .

-تقدم المرشدة التعزيز الاجتماعي للمسترشدين المشاركين بالنقاش في الجلسة الإرشادية.

التقويم : تقوم المرشدة بتلخيص ما دار في الجلسة الإرشادية وتحديد الايجابيات والسلبيات.

الواجب البيئي : تطالب المرشدة من الطلبة التعامل مع المواقف او الخبرات الغير سارة باستخدام ماذا لو بدلا من استخدام عبارات مأساوية مثلاً عندما يحصل الطالب على علامة منخفضة في الامتحان بدلا من الافكار المدمرة والتي تثير الاضطراب الانفعالي وهي (ستنتهي جميع الاشياء بالنسبة لي) عليه استخدام ماذا لو حصلت على علامة منخفضة (شئو يعني).

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة الخامسة

موضوع الجلسة	ضبط النفس
الحاجة المرتبطة بالموضوع	مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط النفس
هدف الجلسة	- معرفة المسترشد معنى ضبط النفس - معرفة المسترشد كيفية ضبط النفس والتصرف في المواقف المثيرة .
الأهداف السلوكية	- أن يتعرف أفراد المجموعة على معنى ضبط النفس



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

-أن يتعرف افراد المجموعة الاثار السلبية للعنف -أن يتعرف افراد المجموعة التحكم بالانفعالات الشديدة.	
ملئ الفراغ	فنية التنفيذ
- ترحب المرشدة بالطلبة ويتابع التدريب البيئي وتقدم الشكر والثناء للطلبة الذين أنجزوا التدريب. - تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة وهو (ضبط النفس) - تناقش المرشدة موضوع ضبط النفس مع أفراد المجموعة الإرشادية وتتعرف على الأفكار السلبية لدى المجموعة - تقدم المرشدة بعض المهارات التي تساعد على ضبط النفس.	الأنشطة
-تلخيص اهم ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات	التقويم
-تطلب المرشدة من افراد المجموعة كتابة موقف تعرضوا له يبينوا فيه ضبط النفس	التدريبي البيئي

مدة الجلسة : 45 دقيقة

ادارة الجلسة الخامسة :-

موضوع الجلسة : ضبط النفس

- تقوم المرشدة بإلقاء التحية على أفراد المجموعة الإرشادية وتبدأ بمناقشة التدريب البيئي للجلسة السابقة ويقدم الشكر والامتنان للمسترشدين الذين أنجزوا التدريب البيئي.

- تقوم المرشدة بتقديم التعريف (ضبط النفس) (القدرة على التحكم بالانفعالات الشديدة والمحافظة على الاسلوب المتوازن والابتعاد عن التهور الذي يلحق الاذى بنفسه والآخرين)

-تناقش المرشدة موضوع ضبط النفس مع أفراد المجموعة الإرشادية وتتعرف على أهم الأفكار السلبية لدى المجموعة والتي من شأنها أن تثير الغضب والتي تدفعهم الى عدم ضبط النفس وتبصيرهم بها ثم تطلب من المسترشدين التركيز على المشاعر السلبية والتي هي (استخدام العنف في سبيل الحصول على ما اريد . لا يمكنني فرض ارائي الا بالقوة او الصوت المرتفع . او ان لم تكن ذئبا اكلتك الذئاب. وهكذا من الافكار الغير واقعية والغير عقلانية) ثم تبين لهم ان هذه الافكار والمشاعر السلبية لا جدوى منها وتؤدي بنا الى سوء التوافق وعدم الاستقرار النفسي وجلب الكثير الكثير من المتاعب والتعقيدات الحياتية بالإضافة الى العزلة الاجتماعية باعتبار العنف ظاهرة مرفوضة من قبل الآخرين .

- تقدم المرشدة بعض المهارات التي تساعد على ضبط النفس ومنها (الوقوف الهادئ او الجلوس المناسب عند الحديث مع الآخرين . الاسترخاء وخفض الصوت قدر الامكان .



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

التفكير بطريقة جيدة للتعامل بها . التعرف على الافكار التي ادت الى الانفعال في موقف معين مرة به المسترشد .

- تقوم المرشدة بتقديم التعزيز اللفظي كالمدح والثناء للمسترشدين المشاركين في الجلسة.

التقويم:- تلخيص اهم ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات

التدريب البيتي :- تطلب المرشدة من افراد المجموعة كتابة موقف تعرضوا له يبينوا فيه ضبط النفس .

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة السادسة

موضوع الجلسة	التسامح مع الآخرين
الحاجة المرتبطة بالموضوع	- معرفة معنى التسامح - تقبل عذر الآخرين
هدف الجلسة	تنمية روح التسامح لدى افراد المجموعة الارشادية
الأهداف السلوكية	جعل المسترشد قادر على أن: - يدرك اهمية التسامح بين الناس - يتقبل عذر الآخرين - يمارس سلوك التسامح
فنية التنفيذ	توثيق الاستنتاجات
الأنشطة	ترحب المرشدة بالمجموعة وتقوم بمتابعة التدريب البيتي وتقدم الشكر للمسترشدين أنجزوا التدريب بشكل جيد. - تقوم المرشدة بتقديم الموضوع وهو (التسامح مع الآخرين). - تناقش المرشدة مع المسترشدين اهمية التسامح بين الناس وتقوم بتحديد الافكار الخاطئة. - تحويل المشاعر والافكار السلبية الى افكار واقعية وعقلانية . - تقوم المرشدة بتقديم التعزيز اللفظي لأفراد المجموعة الارشادية
التقويم	تلخيص اهم ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات
التدريبي البيتي	تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية ذكر موقف او حادثة اظهروا فيه التسامح مع الآخرين .

مدة الجلسة : 45 دقيقة

ادارة الجلسة السادسة :-

موضوع الجلسة : التسامح مع الآخرين



تقوم المرشدة بإلقاء التحية على المسترشدین وتناقش معهم التدريب ألبیتی وتشكر الذین أنجزوا التدريب بشكل جيد.

- تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة على وهو (التسامح مع الاخرين)

-تفتح المرشدة باب المناقشة والحوار مع افراد المجموعة الارشادية حول موضوع التسامح مع الاخرين وخاصة نحن نعيش في زمن تملئه الضغوطات النفسية والمادية والمعنوية واصبحنا لا نشعر بالأخرين وما يواجهون من مشكلات اقتصادية واسرية ومهنية ودراسية بالإضافة الى المعوقات التي يواجهوها نتيجة التطورات الحاصلة سواء على الصعيد العلمي والتكنولوجي او على صعيد التغييرات الاجتماعية والاسرية وكثرة المتطلبات الحياتية لذلك علينا التفكير بالشكل الصحيح والايجابي وفهم وتفهم مشاعر الاخرين تجاهنا كذلك يجب فهم الموقف او الانفعال او التصرف الصادر من الاخرين و الذي ادى الى سوء الفهم والعداوة بيننا بمعنى اخر استخدام استراتيجية (توثيق الاستنتاجات) أي عندما نتعرض للأذى من الاخرين سواء كان لفظي او جسدي هل ان الاخرين يقصدون اذيتنا فعلاً ويتمنون لنا الفشل ويغضوننا دائماً ويكونون لنا الكراهية والعداوة دائماً وفي كل مكان وزمان هنا يجب ان نحكم عقولنا ونفكر بشكل واقعي وعقلاني بعيداً عن المشاعر والافكار السلبية والابتعاد عن الحتميات أي الابتعاد عن قول (هذا الشخص حتما يقصدني) (هذا الشخص حتما يكرهني) (هذا الشخص دائماً ينبذني) لكن عندما نراجع المواقف الحاصلة بيننا وبين الاخرين ولمدة شهر او شهرين على سبيل المثال سنجد ان استنتاجاتنا تجاه الاخرين خاطئة وان الاخرين ليس دائماً يغضوننا او يضمروننا لنا العداوة .

- تطلب المرشدة من افراد المجموعة الارشادية ذكر شخص متخصصين معه ويطنون بانه عدوا لهم دائماً ويقصدهم بكل المواقف والتصرفات الصادرة منه تجاههم بعد ذلك يقومون بتسجيل جميع المواقف خلال شهر ويلاحظون هل فعلاً بانه كذلك حتى وان اظهروا له التسامح والود والمحبة ام هو نتيجة لسوء الفهم او لضغوطات نفسية او ضغوطات حياتية قد يتعرض لها الاخرين وبالتالي تؤثر على علاقاتهم الاجتماعية مع الناس .

- تقوم المرشدة بتقديم التعزيز اللفظي لأفراد المجموعة الارشادية على مشاركتهم في الجلسة .

التقويم: - تلخيص اهم ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

التدريب البيتي : تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية ذكر موقف او حادثة
اظهروا فيها التسامح مع الآخرين

مدة الجلسة: 45 دقيقة

الجلسة السابعة

موضوع الجلسة	المناقشة والحوار الإيجابي
الحاجة المرتبطة بالموضوع	حاجة أفراد المجموعة الإرشادية الى - معرفة معنى المناقشة والحوار الإيجابي - معرفة الاساليب المناسبة للمحادثة مع الآخرين.
هدف الجلسة	مساعدة افراد المجموعة على تعلم اساليب المناقشة الصحيحة والتدريب عليها .
الأهداف السلوكية	جعل المسترشدين قادرين على ان:- -يعرفوا معنى الحوار الإيجابي مع الآخرين والاستماع الى ارائهم. -يعرفوا اساليب المحادثة الصحيحة مع الآخرين
فنية التنفيذ	تغيير القواعد
الأنشطة	ترحب المرشدة بالمسترشدين وتناقش معهم التدريب البيتي وتشكر الذين أنجزوا التدريب بشكل جيد. -توضح المرشدة مفهوم المناقشة والحوار الإيجابي. -تناقش المرشدة الموضوع مع المسترشدين وتحدد الأفكار غير الواقعية. -تنتقد المرشد الأفكار غير الواقعية وتقدم بعض النصائح والاساليب الصحيحة للحديث والحوار مع الآخرين . - تقوم المرشدة التعزيز اللفظي للمسترشدين الذين شاركوا في المناقشة .
التقويم	-تلخيص اهم ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات
التدريبي البيتي	-اجب عن السؤال الآتي:- عند الحوار والمناقشة مع الزملاء هل تتقبل الاراء المعارض مع ارائك تجاه موضوع معين ام لا مع توضيح السبب في كلا الحالتين.

مدة الجلسة : 45 دقيقة

ادارة الجلسة السابعة :-

موضوع الجلسة : المناقشة والحوار الإيجابي

ترحب المرشدة بالمسترشدين في الجلسة وتناقش معهم التدريب البيتي وتقدم الشكر والثناء على الذين أنجزوا التدريب بشكل جيد.

- تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة الارشادية وهو (المناقشة و الحوار الإيجابي) وهو:-
-التناقش عن طريق الكلام المباشر بين شخصين او اكثر بطريقة هادئة ومنظمة حول موضوع او فكرة معينة وتقبل اراء الآخرين دون انزعاج او غضب.

- تناقش المرشد الموضوع مع المسترشدين بعد ذلك تسلط الضوء على الافكار السلبية وتبصيرهم بها من خلال السؤال الآتي: / ماذا لو زميلك خالفك الراي وكانت لديه وجهة



نظر اخرى ؟ وهل نستطيع فرض آرائنا على الآخرين عن طريق الصوت المرتفع والانفعال والعصبية .

-تناقش المرشدة أجوبة المسترشدين وتقوم بنقد الطريقة التي يفكر بها المسترشدين في حال كانت مبنية على افكار سلبية وخاطئة وتطلب منهم اختبار أفكارهم بمحك الواقع وهل ان الدخول في مناقشات متعصبة وغير مرنة وربطها بمشاعر الآخرين تجاهنا والاصرار على ان المخالفة في الراي يعني هذا الشخص عدوي هذا الشخص يريد ازعاجي ومضايقتي وفرض مبادئه عليه وينتصر وغيرها من الافكار السلبية المدمر والمؤدية الى الاضطرابات النفسية والتباعد والعزلة عن الآخرين لذلك يجب تغيير هذه الافكار وتحويلها الى افكار ايجابية صحيحة وواقعية اختلافنا في وجهات النظر لا يعني العداوة او الحرب بيننا .

تقدم المرشدة للمسترشدين بعضا من اداب واساليب الحوار الايجابي والتي منها (الحديث باللهجة او اللغة المؤدبة ذات الكلمات المهذبة . اعطاء الآخرين الوقت الكافي للحديث . حسن الاستماع . طرح الافكار ووجهات النظر بأسلوب مهذب ليق . الحديث بنبرة صوت واضحة تنم عن ثقة المحاور بنفسه ويجب مراعاة عدم رفع الصوت . واخيرا يجب ان يؤخذ بنظر الاعتبار الا يكون اختلاف وجهات النظر سببا للتباعد والتنافر بل يجب محاولة تقريب وجهات النظر والبحث عن قواسم مشتركة بين اطراف الحوار لنصل الى تقارب بالأراء ليكون حوار مثالي ومثمر .

-تقدم المرشدة التعزيز الاجتماعي للمسترشدين المشاركين بالنقاش في الجلسة الإرشادية.

التقويم : تقوم المرشدة بتلخيص مادار في الجلسة الإرشادية وتحديد الايجابيات والسلبيات.

الواجب البيتي : اجب عن السؤال الاتي:- عند الحوار والمناقشة مع الزملاء هل تتقبل الآراء المعارضة مع ارائك تجاه موضوع معين ام لا مع توضيح السبب في كلا الحالتين.

الجلسة الثامنة مدة الجلسة: 45 دقيقة

الاختتام	موضوع الجلسة
- تمكين المسترشدين من مراجعة الجلسات السابقة. - تبليغ افراد المجموعة بانتهاء جلسات البرنامج الإرشادي. - معرفة اراء المسترشدين حول البرنامج .	الحاجة المرتبطة بالموضوع
معرفة النتائج التي توصل اليها المشاركين من خلال التدريبات التي استخدمت خلال الجلسات .	الهدف العام



نرتقي بوعينا من أجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

الأهداف الخاصة	- ان يستعرض المسترشد مدى التحسن الذي شعر به بعد الانتهاء من الجلسات. - ان يستفيد كل مسترشد من الجلسات والأنشطة التي استخدمت في البرنامج الإرشادي والاستمرار في تنفيذها وتوظيفها في حياتهم الدراسية واليومية.
فنية التنفيذ	المناقشة والحوار
الأنشطة	- قامت المرشدة بمراجعة ما تم الحديث عنه بالجلسة السابقة و عرض ملخص سريع لجميع ما تم عرضه في البرنامج الارشادي . - تشكر المرشدة افراد المجموعة على المشاركة والالتزام بالحضور الى الجلسات الارشادية - تناقش المرشدة المعوقات التي رافقت تطبيق البرنامج الإرشادي. - ابلاغ المسترشدين بانتهاء البرنامج الإرشادي.
التقويم	تحديد موعد لأجراء الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة معاً لمقياس اللياقة النفسية

مدة الجلسة : 45 دقيقة

ادارة الجلسة الثامنة

موضوع الجلسة : الاختتام

- 1 . تقوم المرشدة بإبداء شكرها إلى المسترشدين لتعاونهم في تطبيق البرنامج الإرشادي.
 - 2 . اخبار المسترشدين بأن هذه الجلسة هي الجلسة الأخيرة بالبرنامج الإرشادي.
 - 3 . تسأل المرشدة المسترشدين فيما اذا كانت هناك سلبيات قد رافقت إجـراء البرنامج راجية منهم الإفادة مما تعلموه خلال الجلسات الإرشادية وتجسيد ذلك عملياً في حياتهم الدراسية والاجتماعية والأسرية .
- التقويم :- تحديد موعد لأجراء الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة معاً لمقياس اللياقة النفسية .

الفصل الرابع: الفرضيات

الفرضية الرئيسية الاولى

تحقيقاً للهدف الاول بفرضيته التي تنص على(التعرف على مدى امتلاك طلبة كلية التربية الاساسية مقياس اللياقة النفسية).

تم استخدام الاختبار التائي T.Test لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الفرضي البالغ (٤٠) والمتوسط الحسابي (٤٣,٢٣) وبانحراف معياري قدره (٨,٠٣٩) وبتباين قدره (٦٤,٦٢٦) وقد بينت النتائج ان هناك فرقاً ذو دلالة إحصائية إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢,٧٣٧) وهي اكبر من الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجة حرية (٣١٩) .أي إن العينة تتمتع بمستوى متوسط من اللياقة النفسية. وكما موضح في الجدول ادناه .



الجدول (٥)

الوسط الحسابي والفرضي والانحراف المعياري ودرجة الحرية والقيمة التائية ومستوى الدلالة لدرجات الطلبة في مقياس اللياقة النفسية

الوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	العي نة	الانحراف المعياري	التباين	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية
						المحسوبة	الجدولية	
٤٠	٤١,٢٣	٣٢	٨,٠٣٩	٦٤,٦٢٦	٣١٩	٢,٧٣٧	١,٩٦	دالة

وبذلك ترفض الفرضية الصفرية القائلة (لا يوجد فرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس اللياقة النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية).

الفرضية الرئيسية الثانية

للتحقق من الهدف الثاني بفرضيته التي تنص (لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية (٠,٠٥) بين درجات الطلبة في تنمية اللياقة النفسية للمجموعة الضابطة في الاختبار (القبلي - البعدي))

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي (T.test) للمجموعات المتزاوجة . وقد بلغت مجموع قيمة الفروق بين اداء الافراد في الاختبارين القبلي والبعدي (١٥) . فيما بلغ مجموع مربع قيم الفروق (١٧١) . وعند تطبيق معادلة الاختبار عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) . تبين أن القيمة التائية المحسوبة (١,١٦٨) وهي غير دالة احصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٢,٢٦٢) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية أي ليس هناك فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والجدول (٦) يبين ذلك

العدد	المجموعة الضابطة	قيمة الفرق	مربع قيمة الفرق	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
				المحسوبة	الجدولية			
10	الاختبار القبلي	١٥	١٧١	١,١٦٨	٢,٢٦٢	٩	٠,٠٥	غير دالة
10	الاختبار البعدي							

الفرضية الرئيسية الثالثة:

تحقيقاً للهدف الثالث بفرضيته التي تنص على (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الاختبار القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة التجريبية) .

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي (T.test) للمجموعات المتزاوجة لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي . إذ تبين أن القيمة التائية



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

المحسوبة (٣,١٦) وهي دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (2.262) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي هناك فروق بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده والجدول (٧)

العدد	المجموعة التجريبية	قيمة الفرق	مربع قيمة الفرق	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
				المحسوبة	الجدولية			
10	الاختبار القبلي	٤٨	٤٣٨	٣,١٦	٢,٢٦٢	٩	٠,٠٥	دالة احصائياً
10	الاختبار البعدي							

يبين ذلك.

الفرضية الرئيسة الرابعة

للتحقق من الهدف الرابع بفرضيته التي تنص (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق متغير المجموعة التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدي .

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة . إذ تبين أن القيمة المحسوبة (٤,٢٤٢) وهي دالة احصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٢,١٠١) عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي هناك فروق بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي. والجدول (٨) يبين ذلك.

العدد	المجموعتان	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيم التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
				المحسوبة	الجدولية			
10	المجموعة الضابطة	٣٢,٩	٢,٦٤	٤,٢٤٢	٢,١٠١	١٨	٠,٠٥	دالة احصائياً
10	المجموعة التجريبية	٣٩,٢	٣,٨٨					

الاستنتاجات



١. أن افراد عينة البحث بشكل عام لديهم مستوى متوسط من اللياقة النفسية.
٢. إن للأنشطة والفعاليات والاستراتيجيات التي تضمنها الأسلوب الإرشادي أثر واضح وفاعلية عالية في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية.

التوصيات

- من خلال نتائج البحث الحالي يمكن للباحثة ان توصي بالاتي:
١. الاستفادة من المقياس الذي تم بناءه في البحث الحالي في عمل البحوث والدراسات.
 ٢. ضرورة تقديم الدعم النفسي والمعنوي والمادي لطلبة الجامعة .
 ٣. اعداد برامج ارشادية لغرض التخفيف من الاضطرابات الانفعالية والنفسية.

المقترحات

- استكمالا لنتائج البحث الحالي تقترح الباحثة الاتي:
١. اجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية ولمراحل دراسية اخرى ولكلا الجنسين.
 ٢. بناء برامج ارشادية سلوكية لتنمية اللياقة النفسية لعينة البحث ولعينات اخرى مختلفة
 ٣. العمل على اجراء دراسات تشمل متغيرات نفسية اخرى على عينة البحث الحالي لأهميتها الكبيرة في مختلف جوانب الحياة .

المصادر

- أسامة كامل راتب (٢٠٠٤) . النشاط البدني و الاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة . دار الفكر العربي . القاهرة .
- بيك .ارون(٢٠٠٠):العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية.ط١.ترجمة عادل مصطفى .دار النهضة العربية .بيروت .لبنان .
- جابر . جابر عبد الحميد والشعبي . محمد مصطفى (١٩٦٣) . علم النفس التعليمي والصحة النفسية . ط٢ . القاهرة . دار النهضة العربية .
- عبد المطلب امين القريطي .(١٩٩٨) . الصحة النفسية . ط١ . القاهرة . دار الفكر العربي



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

- الرشيدى. بشير صالح والسهل. راشد علي (٢٠٠٠): مقدمة في الارشاد النفسي. ط١. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع. الكويت.
- الشابندر . معمر خالد (١٩٦٨) . الامراض النفسية الشائعة . بغداد . مطبعة المعارف
- العزة. سعيد حسني. عبد الهادي. جودت (١٩٩٩): نظريات الارشاد والعلاج النفسي . مكتبة الثقافة . الاردن.
- العظماوي . إبراهيم كاظم (١٩٨٤) : مبادئ الطب النفسي . ط١ . وزارة الصحة . العراق.
- الهابط . محمد السيد (١٩٨٥) : التكيف والصحة النفسية . ط٢ . المكتب الجامعي الحديث . الإسكندرية.

ملحق (١)

أسماء السادة الخبراء الذين استعانت بهم الباحثة في إجراءات البحث



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اغضب لأبسط الاسباب مع الآخرين دون مبرر حقيقي			
2	اجد اني غير قادر على ايجاد الكلمات المناسبة عند الحديث مع الآخرين			
3	اجد نفسي مكلفاً بواجبات لا تتناسب مع قدراتي			
4	اعاني من كثرة التناقضات في الواجبات الدراسية			
5	استطيع القول ان ظاهرة الوساطات متفشية في الوسط الجامعي .			
6	استطيع ان اسيطر على انفعالاتي عندما يوجه لي أي لوم			
7	اعتقد ان لدي القدرة على فهم مشاعر الآخرين			
8	اشعر بان علاقتي الانسانية جيدة وطيبة مع الآخرين			
9	تفاؤلي يشعرني بالسعادة دائماً.			
10	اراجع نفسي لا جعل منها شخصية متكاملة			
11	اتسامح مع من يسئ اليه لكن بعيداً عن المبالغة			
12	احافظ دائماً على سلامة جسمي.			
13	امتاز بالدقة والتنظيم في كل مجالات حياتي			
14	اهتم بالآخرين لدرجة يمكنني ان اضحي براحتي من اجلهم .			
15	اجد نفسي اراجع الواجبات التي قمت بها مراراً دون سبب.			
16	اميل الى تحطيم ممتلكات الجامعة في حال حصولي على درجات قليلة او فشلت في الامتحان			
١٧	ارى من الطبيعي ان يكون الفرد متمسكاً بالتقاليد الاجتماعية الصارمة .			
١٨	ارفض القيام بالأعمال التي تتصف بالتنوع والتغيير			
١٩	ارفض كشف مشاعري الشخصية مهما كانت			
٢٠	تتناوبني مشاعر الغضب عندما تتعارض ارائي مع اراء الآخرين.			



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

ملحق (٢)

ت	أسماء السادة الخبراء	التخصص العلمي	مكان العمل
1	أ.د. مهدي محمد عبد الستار	علم النفس التجريبي	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية
٢	أ.م.د. حزام خليل حميد	طرائق تدريس	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية
٣	م.د. خليل عبدالله حسين	علم النفس الشخصية	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية
٤	م.د. موفق ايوب محسن	فلسفة التربية	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية
٥	م.د. صاحب عبدالله حمود	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

م/ استبانة آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس اللياقة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية

الاستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة :-

تروم الباحثة اجراء دراستها الموسومة بـ(تأثير الارشاد المعرفي في تنمية اللياقة النفسية لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث فأن ذلك يتطلب بناء مقياساً للياقة النفسية من خلال مراجعة الأدبيات والبحوث السابقة في هذا المجال . حيث تبنت الباحثة نظرية (Beck) وتم اشتقاق التعريف الاتي (هي القدرة على التعامل مع المثيرات بقدر من الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وتنظيمها وفقاً لانفعالات الآخرين للاندماج معهم في علاقات انفعالية واجتماعية تساعد الفرد على الرقي الفكري والنفسي).

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ومعرفة في هذا المجال نرجو التفضل با بداء آرائكم في مدى صلاحية الفقرات مع تعديل وازافة وحذف ما ترونه مناسباً.

مع فائق التقدير والاحترام ...

الباحثة



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٢-٢٣/١٢/٢٠٢٠)

دور أسلوب الحديث الذاتي في تنمية الوعي الأخلاقي لدى طلبة الجامعة - مدخل نظري

م.م نيران عبد مهدي صالح

التخصص/ الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

basicpsyc_23tc@uodiyala.edu.iq

جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية

الكلمات المفتاحية :- أسلوب الحديث الذاتي . الوعي الأخلاقي

الملخص

الوعي الأخلاقي له دور مهم في تشكيل السلوك الإنساني لأنه يمثل جوهر العقل الإنساني مما يجعل الفرد يعبر عن أفكاره وسلوكه بوعي أخلاقي يميزه عن غيره مما يؤدي الى وجود اختلاف بالمجتمعات نسبة الى أفراد المجتمع وما يمتلكون من وعي أخلاقي.

وقد هدف البحث الحالي الى معرفة دور اسلوب الحديث الذاتي في تنمية الوعي الأخلاقي لدى طلبة الجامعة وتم تقديم ذلك من خلال أربعة مباحث جاء المبحث الأول في أهمية البحث والمفاهيم التي تناولته الباحثة في دراستها. أما المبحث الثاني تضمن الإطار النظري لكل من أسلوب الحديث الذاتي والوعي الأخلاقي. وفي المبحث الثالث عرضت الباحثة دور أسلوب الحديث الذاتي في تنمية الوعي الأخلاقي. أما المبحث الرابع والأخير تضمن الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

**The role of the self-talk style in developing moral awareness among
university students- a theoretical introduction**

M.M Niran Abd Mahdi Saleh

Specialization/ Psychological counseling and educational guidance

basicpsyc_23tc@uodiyala.edu.iq

University of Diyala/ College of Basic Education



Summary

Moral awareness has an important role in shaping human behavior because it represents the essence of the human mind. which makes the individual express his thoughts and behavior with an ethical awareness that distinguishes it from others. which leads to a difference in societies relative to the members of society and their moral awareness.

The current research aimed at knowing the role of the self – talk style in developing moral awareness among university students. and this was presented through four investigations. the first topic is about the importance of research.the need for it.and the concepts that the researcher dealt with in her study.As for the second topic.it included the theoretical framework for each of the style of self – talk and moral awareness. In the third topic. the researcher presented the role of self- talk style in developing moral awareness. As for the fourth and final topic. it included conclusions .recommendations and proposals.

- Keywords/self – talk style .Moral awareness.

المبحث الاول/الاطار العام للمبحث

أولاً:- أهمية البحث

الأخلاق مهمة في كل مجتمع . فهي تحمل المعايير الأخلاقية التي تحافظ على السلوك الإنساني لذلك نجد في كل مجتمع فيه الأسس الأخلاقية التي تجعله مختلف عن غيره من المجتمعات إذ إن هذه الأسس هي التي تجعل من الفرد يسلك سلوكيات معينة أي تتحكم بها كما أن هذه الأسس هي التي تشكل تماسك المجتمع وتحافظ عليه وتجعل هناك استمرارية بالعلاقات الإنسانية قائمة مما تميزه عن غيره من المجتمعات بهويته وأفراده وخصوصياته لذلك الأخلاق لها أهمية في كل مجتمع لان الفرد عندما يمتلك الأخلاق يصبح لديه الوعي في أفكاره وسلوكه(شلبي:٢٠١٠ .١). يكتسب الفرد وعيه



الأخلاقي من مصادر متعددة واهمها الأسرة التي تعد المجتمع الصغير الذي ينطلق منها الفرد إلى المجتمع الكبير . إذ تعد الأسرة نظاماً اجتماعياً لديه القوانين التي تنظم سلوك الفرد وتجعله يلتزم بها وذلك ما تتبعه الأسرة من الأساليب تؤثر بشكل كبير في الوعي الأخلاقي ونموه لدى الفرد كما أن التفاعل الاجتماعي له دور مهم أيضاً في جعل الفرد يكتسب الوعي الأخلاقي وذلك من خلال تفاعله مع أفراد آخرين في المجتمع الذي يعيش فيه ولا يقتصر الوعي الأخلاقي في اكتسابه عند الفرد على هذا فقط بل التعليم والمدرسة لهما دور مهم في اكتساب الفرد الوعي الأخلاقي . إذ التعليم يعرض قضايا على الفرد تتجاوز حدود العلاقات الشخصية عند الفرد والمدرسة تؤثر في نمو الوعي الأخلاقي لدى الفرد مما يجعله على وعي كامل في كيفية التعامل مع الأمور بشكل خلقي من غير نشوب أي خلاف مع الآخرين وشخصية الفرد لها تأثير على الوعي الأخلاقي عند الفرد فعندما يرتبط الفرد بنفسه بشكل ايجابي يصبح لديه الوعي الأخلاقي لنفسه وبالتالي يستطيع أن يحكم بحكم أخلاقي بمستوى عالٍ . ولا ننسى الثقافة وما لها دور في اكتساب الوعي الأخلاقي ففي المجتمعات البسيطة مثل القرى والقبائل يكون الوعي الأخلاقي لديهم من خلال العلاقة المباشرة بينهم أما في المجتمعات أو الثقافات الأخرى المتحضرة فيكون الوعي الأخلاقي يكون لديهم منذ مدة مبكرة من أعمار أفرادها وذلك لأنهم يساهمون في بناء مؤسسات مجتمعهم (شريم:٢٠٠٨ . ١٧٤ - ١٧٧).

ومن خلال هذه المصادر المتعددة يكتسب الفرد الوعي الأخلاقي ويؤثر في سلوكه الإنساني لذلك يعد الوعي الأخلاقي ضرورياً في المجتمعات لذلك نجد الكثير من الدراسات التي درست الوعي الأخلاقي ومن هذه الدراسات دراسة (Jordan:2009) نطاق الإدراك الاجتماعي لدراسة الوعي الأخلاقي عند المدراء و الأكاديميين . ودراسة (perry:2010) تطوير أداة لقياس الحساسية الأخلاقية في الإدارة العامة وتطبيقاتها . ودراسة (Lincoln:2011) صنع القرار الأخلاقي عملية التأثير بالاستقامة الأخلاقية . فجميع هذه الدراسات غنيت بدراسة الوعي الأخلاقي لأن يؤثر في سلوك الانساني (القذافي . ٢٠١١ : ٧٨-١١٣) . ومن أجل أن يحقق الفرد الوعي الأخلاقي أي الوصول له لا بد من وجود الارشاد النفسي والتوجيه التربوي في حياة الفرد لأنه يكون بحاجة له لمواجهة الحياة فهو يحتاج الى الاهتمام والرعاية عبر سنوات طويلة حتى يتم اعداده وتربيته وتشكيل شخصيته بشكل يكون قادراً على القيام بكل الواجبات والمسؤوليات اتجاه نفسه واتجاه مجتمعه . هناك ادوار مختلفة للفرد عليه ان يلعبها في المجتمع بمؤسساته المتعددة . بذلك فإن الافراد والجماعات بحاجة ماسة الى عملية الارشاد



لضمان سلامة نموهم نمواً سليماً يساعده على التفكير بشكل منطقي وواعياً بأفكاره وسلوكه (السفاسفة: ٢٠١٠ . ٢٧).

ومن المؤسسات التي تقدم الإرشاد من أجل مساعدة الفرد هي المؤسسة التربوية التي أصبحت من المهمات الأساسية التي من خلالها يتم تقديم العديد من البرامج الإرشادية التي تستند على أسس علمية ومخططة ومنظمة ومتكاملة ومتنوعة الأساليب الإرشادية بحيث كل برنامج له أسلوب مختلف عن الآخر بأختلاف أعضاء المجموعة الإرشادية ومشكلتهم التي يعانون منها . (أبو أسعد وعريبات: ٢٠١٢ . ١٧)

ومن الأساليب المعرفية السلوكية التي ظهرت للمساعدة الفرد على تجاوز الازمات وحل المشكلات الاجتماعية والسلوكية والمعرفية وجعلهم يمتلكون الوعي الكامل بالأفكار والأخلاق هو أسلوب (الحديث الذاتي Self-Talk) للعالم (Donald Herbert Meichenbaum) حيث يعد أسلوب الحديث الذاتي أحد أشكال إعادة التنظيم المعرفي الذي يستهدف تدريب الفرد على انماط التحدث الذاتي الذي يوجه التفكير والسلوك والمشاعر. ويعد (Meichenbaum) أول من طور هذا الأسلوب إذ تبين له أن التخلص من مشكلة ما يعني التخلص من الحديث السلبي واستبداله بحديث ايجابي وذلك لأن الإنسان يستطيع التفكير بكل ايجابية ومن مظاهر الصحة النفسية تنطلق من تحدث الفرد مع ذاته في مواجهة الظروف المحيطة به (صالح وشامخ: ٢٠١١ . ٣١-٣٢). ولقد أشارت العديد من البحوث إلى أهمية أسلوب الحديث الذاتي فهو يستعمل بشكل شائع مع القضايا المثالية وتقدير الذات وزيادة الوعي لديهم ويستعمل مع المسترشدین الذين يحتاجون إلى تطوير الدافعية كما ويستعمل مع الطلبة الذين يعانون من العجز السلوكي ويمكن استعماله في معالجة قضايا السيطرة والتنظيم الذاتي للسلوك الأكاديمي (برادلي: ٢٠١٢ . ٢٦٨-٢٦٩). وبناء على ذلك أسلوب الحديث الذاتي مهم في مساعدة الفرد في مواجهة ظروف الحياة والمشاكل الذي يعاني منها في كل مرحلة من مراحل حياته ومن ضمنها المرحلة الجامعية حيث تعتبر الجامعة ضمير المجتمع وسنده وساعده في مواجهة التحديات والصعوبات وهي اشعاع لكل جديد من الفكر والمعرفة والمنبر الذي تنطلق منه آراء المفكرين والعلماء ورواد الإصلاح والتطوير والجامعة مؤسسة اجتماعية تؤثر في الجو الاجتماعي الذي تحيط به وتتأثر به فهي تلعب دوراً رئيسياً في انتاج الانسان والمعرفة وتطويرها واستثمارها لخدمة المجتمع ومن هنا كانت لكل جامعة رسالتها التي تتولى تحقيقها (الخالدي وآخرون: ٢٠١١ . ٨٣). تعد الدراسة الجامعية تجربة جديدة للطلبة حيث يتعرضون من خلالها إلى مواقف التي



تتطلب التوافق معها كالأنظمة الجامعية وتعليماتها والتي هي جزء من أنظمة المجتمع وقوانينه. وهي أيضاً مرحلة انتقالية من عالم المراهقين الى عالم الراشدين لذا فالطلبة في هذه المرحلة يكونون عرضة لعدة نوازع تتراوح بين الطموح والاقدام والتطلع الى حياة جديدة والتردد كما انها تمثل ملتقى العديد من الطلبة القادمين من بيئات مختلفة يحملون عادات وتقاليد اجتماعية مختلفة. فضلاً عن الاختلافات بين التعلم الثانوي والجامعي. كل ذلك يستوجب من الطلبة امتلاك قدرات تمكنهم من توافق سليم يتلائم مع عادات وتقاليد واتجاهات المجتمع الذي اتوا منه الى الجامعة (العبيدي: ٢٠٠٦ .٩). ينتقل الطلبة في المرحلة الجامعية الى مرحلة الشباب فالطلبة مثلهم مثل اي انسان حر يدفع سلوكهم دوافع معينة ومن اهم هذه الدوافع ما يسمى بدافع تقدير الذات وهذا الدافع يجعلهم يسلكون سلوكاً يؤدي الى الشعور بأنهم انسان لهم قيمة ويجب ان يكونون موضع تقدير المحيطين. كما يتصفون بقدر كبير من الثقة بالنفس والاعتماد على أنفسهم وتعد القدرة على تحمل المسؤولية من الافعال والاقوال مظهراً من مظاهر الصحة النفسية. فتقدير الذات وحرية الرأي وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس والاعتماد على أنفسهم من الخصائص الايجابية التي يجب على الطلبة في المرحلة الجامعية أن توجد لديهم ومما تساعد هذه العوامل على جعل الفرد يمتلك الوعي الأخلاقي لتعامل مع الحياة بشكل جيد بعيد عن السلبية (راشد: ٢٠١٠ .٥٦). وبهذا فإن الجامعة مطالبة بتقديم البرامج التي تزيد ثقافة الحياة الاجتماعية للطلبة بطريقة تختلف عن اساليب التعلم التقليدية. وتدريبهم على المهارات والطرق العلمية في حل المشكلات واساليب الحوار والتعبير البناء عن آرائهم بما يساعد على تنمية شخصياتهم والثقة بأنفسهم وأمتلاكهم الوعي الأخلاقي الذي يساعدهم بالتعامل مع المحيطين بهم (حمد: ٢٠١٣ .١٥٨).

ثانياً:- هدف البحث

يهدف البحث الحالي الى معرفة دور اسلوب الحديث الذاتي في تنمية الوعي الأخلاقي لدى طلبة الجامعة.

ثالثاً:- تحديد المصطلحات

أولاً:- الوعي الأخلاقي moral Awareness

معرفة الفرد بتأثير أفعاله المحتملة في الموقف الأخلاقي من خلال بناء تصورات محتملة للأسباب والنتائج والتعاطف ومهارات أخذ الدور (Rest.1994 : 23).



ثانياً :- الحديث الذاتي Self-Talk

- عرفه (1974.Mechenbun):- بأنه الكلام الداخلي الذي يقلل من الية النشاط السلوكي غير المتوافق ويزودنا بأساس لتقديم سلوك متوافق (باترسون: ١٩٩٠ . ١٢٢).
- المبحث الثاني/ اطار النظري

أولاً:- أطار النظري أسلوب الحديث الذاتي

أسلوب الحديث الذاتي (Self-Talk Style)

مقدمة

يُعدُّ هذا الأسلوب أحد الأساليب المعرفية المستخدم في تعديل السلوك الإنساني. ويعدُّ هذا الأسلوب بديلاً رئيساً للعلاج العقلاني العاطفي السلوكي. والذي يعود للعالم (دونالد ميكنبوم Donald Mienchenbaum). ولد (ميكنبوم) في عام (١٩٤٤). وحصل على البكالوريوس عام (١٩٦٢). وحصل على الدكتوراه في علم النفس الاكلينيكي عام (١٩٦٦) وتنطلق فكرة ميكنبوم بأن الحديث الذاتي او العبارات التي يقولها الفرد الى نفسه تحدد السلوكيات والتصرفات التي يؤديها. كذلك الطريقة التي يكون فيها سلوكه (علام: ٢٠١٢ . ١١). وركز على اهمية الحديث الذاتي (Self-Talk) وكيفية تغييره وتغيير التفكير والمشاعر ليتم تعديل السلوك. فقد درب ميكنبوم كل فرد ان يراقب نفسه ويوجه ذاته اذا كان سلوكه غير مفيد وان يعطي اوامر لتقديم الاستجابة الافضل ويطلب منهم اعادة صياغة متطلبات مهمة والعمل المطلوب ثم يعطيه تعليمات للقيام بشكل بطئ وان يفكر بالمهمة قبل تنفيذها بحيث يستخدم خياله وتفكيره لتحقيق الهدف (عبدالله: ٢٠١٢ . ١١٩). لذا يجب ان يستند الحديث الذاتي الى التفكير ويتبعه المخطط المعرفي الذي يستعمل فيه الخيال للوصول الى الحل. ثم يأتي دور عبارات مكافأة للذات وبعدها تزويد عبارات لمواجهة الذات مع محاولة الفرد لتقديم استجابات ملائمة وصحيحة وبعد ان يتمكن الفرد من المناقشة او حوار ذاتي يؤدي بدوره الى العبارات الذاتية مثل (كن مناسباً). (كن منطقياً). وعندما يفشل يستعمل عبارة (دعني احاول مرة اخرى) (بطرس: ٢٠١٠ . ١٧٩). يمكن استعمال الحديث الذاتي (Self-Talk) او ما اسماه ميكنبوم بالحديث الداخلي (Inner-Speech) او المحادثة الداخلية (Inner-Dialogue). مع الشباب الذين يعانون من مشكلات سلوكية (كالاندفاعية والعدوان وغيرها). وعلمهم يتكلمون مع انفسهم وبصوت مسموع ومهموس وصامت ليفهموا متطلبات المهمات المطلوب القيام بها من اجل ضبط سلوكهم (الحياي: ٢٠١١).



٢٩٢). بين ميكنبوم ان هنالك نوعين من الحديث الذاتي وهما: (الحديث الذاتي الايجابي) وهو نوع يحتاجه المرشدون لتعليم المسترشدين كيفية استعماله. ويتضمن رغبة المسترشد في التغير المطلوب وهو مرتبط بالأشياء الحسنة. فعندما يستعمل الافراد الحديث الذاتي الايجابي فإن احتمالية استمرار الحماس لديهم لتحقيق اهدافهم تكون اكبر. والنوع الثاني يسمى بـ (الحديث الذاتي السلبي) وهذا النوع هادماً للذات ويمنع المسترشد من التطوير وتحقيق النجاح. ولكن يمكن القول ان الحديث السلبي ليس دائماً غير صحي بل انه في بعض الاحيان يساعد الفرد في تمييز وادراك الحوادث الخطيرة. لذا فإن الموازنة بين الحديث الذاتي الايجابي والسلبي يعتبر امراً في غاية الاهمية (برادلي: ٢٠١٢، ٢٥٨).

مصادر الحديث الذاتي

ان من اهم المصادر التي تؤدي الى الحديث الذاتي هي :-

- ١- **الوالدان:-** عند وصول الفرد الى سن (٧) سنوات تكون اكثر من ٩٩% من قيمه مخزونه في عقله و عندما يبلغ سن (٢١) تكون جميع قيمه قد اكتملت واستقرت. وبهذه الطريقة يكون قد نشأ بشكل مبرمج اما سلباً او ايجابياً.
- ٢- **المدرسة:-** هي المصدر الثاني والرئيسي للبرمجة او الحديث الذاتي سواء كان سلباً او ايجابياً.
- ٣- **الاصدقاء:-** يؤثر الاصدقاء بشكل كبير على بعضهم البعض بطرق مختلفة فمن الممكن ان يتناقضوا عادات سلبية او ايجابية. وعندما يتراوح عمر الفرد بين (٨- ١٠) سنة وهو العمر الذي اطلق عليه علماء النفس فترة الاقتداء يبدأ الافراد فيها تقليد سلوك الآخرين.
- ٤- **الاعلام:-** ان معظم الشباب الذين يقضون وقت طويل في مشاهدة التلفاز يتأثرون بطريقة معينة فيما يشاهدون ويقلدونه. وهذا ما بينته دراسة اجريت على الشباب في الولايات المتحدة الامريكية.
- ٥- **انت نفسك:-** من الممكن للحديث الذاتي ان يجعل الفرد سعيه ناجحاً يحقق احلامه او تعيشاً وحيداً يائساً من الحياة (صالح وشامخ، 2011: 34-35).

تنويعات الحديث الذاتي



١- **اسأل وتوقف:-** في هذه الطريقة عندما يبدأ المسترشد حديثه السلبي يتوقف (P) ويتنفس بعمق. ويسأل نفسه (Q) ما المزعج في الموقف. وهنا يجب ان يضع اسئلة ويجيب عليها ويجب ان يجد طريقة بديلة لتفسير ما يحدث بهذا فان المسترشد يستطيع التعامل مع المشاعر بشكل مناسب.

٢- **الاعادة الفورية:-** عند ملاحظة المسترشد نفسه بأنه يستجيب لشيء ما بطريقة غير مرغوبة فإنه بحاجة لالتقاط الحديث الذاتي السلبي وان يتحداه ويغيره. ولتحتدي الحديث الذاتي السلبي. فأن المسترشد يمكن ان يقيم ما اذا كان حقيقة. او مشوهه. او متطرفة. وما اذا كانت مساعدة او مؤذية (برادلي: ٢٠١٢. ٢٦٢).

ثانياً:- اطار النظري للوعي الأخلاقي

نظرية رست- Rest.1986:

إن الوعي الأخلاقي أول من عُني بدراسته في المجال النفسي هو رست مع عدد من زملائه مثل (نارفس . توما بيبو . فولكر) اعتمدت أفكار هذه النظرية على نظرية كولبرج في التطور الأخلاقي إذ إن هذه النظرية عدل عليها وأضيف إليها لذلك أطلقوا عليها تسمية (منظور كولبرج الجديد أو مدخل جديد إلى كولبرج). إن هذه النظرية قامت على توحيد جوانب الأخلاق الثلاثة (السلوك . المعرفة . الوجدان) في إطار واحد من خلاله يتبين تفاعل الجانبين الانفعالي والمعرفي من خلال عمليات مسؤولة عن إنتاج السلوك الأخلاقي لذلك أطلق رست على هذه النظرية أسم المكونات الأربعة (الفرا. ٢٠٠١: ٧٢-٧٣).

والمكونات الأربعة هي عبارة عن عمليات داخلية للسلوك الأخلاقي وهذه المكونات هي الوعي الأخلاقي. والحكم الأخلاقي . والفعل الأخلاقي . والدافعية الأخلاقية وهذه المكونات تعمل بشكل جماعي وليس فردياً فهي تعمل معا من أجل تعزيز الاستمرار في العمل الأخلاقي واستكمالها (Nauvaez:1998.18). ومكونات السلوك الأخلاقي هي:

١- الوعي الأخلاقي (moral Awareness):

ويقصد به المقدرة على رؤية الموقف الأخلاقي وكيف يمكن أن تؤثر بافعالنا على الآخرين لإدراك العناصر المتصلة بحاله . وبناء تفسير على تلك العناصر (Charles:2004.2).

٢- الحكم الأخلاقي (moral- Judgment):



هو اتخاذ القرار في الفعل الأكثر أخلاقاً القائم على قاعدة من القيم الأخلاقية .أو هو الذي يحكم حكماً صائباً على ما يجب العمل به في مواقف معينة (Lynn:2004.556).

٣- الدافعية الأخلاقية (moral- motivation):

هي أن يلتزم الفرد بسلوك أخلاقي ويفضل قيم أخلاقية على قيم أخلاقية أخرى بمعنى تحديد للأولويات مثلاً العمل الذي يكون أكثر أخلاقاً من عمل آخر بحيث يكون الفرد متمسكاً بهذا المسار (Charles:2004.2).

٤- الخاصية الأخلاقية (moral- character):

وهي الاستمرار في العمل الأخلاقي والتحلي بالإرادة والشجاعة مهما كان هناك تعب من اجل الوصول الى الطريق المراد الوصول إليه (Lynn:2004.556). والوعي الأخلاقي من وجهة نظر رست هو من السمات المهمة في اتخاذ القرار الأخلاقي والتفكير الأخلاقي . ويرى أن الفرد الذي لا يوجد لديه الوعي الأخلاقي لا يندمج ولا يضع أمامه الاعتبارات الأخلاقية في قراراته أو في تعامله مع الآخرين (Rest:1986.20). فان الفرد عندما يحدث خلل في أحد مكونات سلوكه وهي النماذج الأربعة فإنه سوف يؤثر في سلوكه الأخلاقي الناتج . وهذا يعني أن السلوك يفسل في أي لحظة إذ كان هناك خلل في أحد مكوناته فبعض الناس يعمل جيداً في عملية واحدة ولكن لديه ضعف في أخرى . وهذا يسبب لهم فشلاً في السلوك الأخلاقي ؛لأن المكونات الأربعة تعمل بوصفها مجموعة تناغم السلوك الأخلاقي للإنسان (Charles:2004.3). أما الحكم الأخلاقي فقد أخذ اهتماماً كبيراً في مجال الدراسات الاجتماعية والنفسية إلا أن كولبرج ورست يريان أن هناك من له أهمية في صنع القرار الأخلاقي أكثر من الحكم الأخلاقي وهو (الوعي الأخلاقي) إذ إن الأفراد الذين يفقدون التمييز في القضايا الأخلاقية قد يصرون حكماً ويسرون عليه بشكل غير أخلاقي لذلك يجب التمييز وإدراك المواقف كما تكون من خلال المجال الأخلاقي ثم إصدار الحكم الأخلاقي (Jordan:2009.240). لذلك الوعي الأخلاقي له محددات ضمن منظور رست وهي ثلاثة محددات.

أولاً- التعرف والاستجابة العاطفية:

يرى رست أن الإدراك الأخلاقي والعاطفة لا يمكن فصلهما .ومعنى ذلك أن الفرد يعالج القضايا الأخلاقية بشكل عاطفي ضمن سياق اجتماعي إذ وجد أخذ الدور والتعاطف يربط بين السلوك الاجتماعي والإدراك الأخلاقي.

ثانياً- التعرف أو التمييز:



هناك مواقف تحدث من غير وجود التعاطف لذلك يرى رست أن بعض الباحثين يحددون الوعي الأخلاقي فقط من غير العاطفة في تمييز القضايا الأخلاقية على أنه لا ينفصل عنها الوعي الأخلاقي (Rest:1986.23).

ثالثا- التعرف والأهمية النسبية:

هناك بعض الباحثين جمع بين الإدراك وتقدير الأهمية النسبية للقضايا الأخلاقية كما يرى رست فهي تتنافس في الاهتمام في حالة صنع القرار الذي يكون معقداً ؛ لذلك يعتقد رست أنه إذا لم تصنف هذه القضايا على حسب الأهمية النسبية فأنها قد تحذف من عملية اتخاذ القرار (Jordan:2007.337).

الوعي الأخلاقي يمكن تلخيصه من وجهة نظر رست بالمجالات ثلاثة وهي :-

١- الإدراك - وهو معرفة سبب السلوك وتوقع ماهي النتيجة؟

٢- العاطفة - الشعور بما يشعر به الآخرون.

٣- النشاط أو الفعل - المقدرة على أخذ الدور. بحيث يتبنى الفرد سلوكاً من الممكن قياسه وملاحظته من أجل مواجهة السلوك المخادع (Flynn:etal.1998.20).

المبحث الثالث/ دور أسلوب الحديث الذاتي في تنمية الوعي الأخلاقي

خطوات تطبيق الأسلوب

توجد هناك العديد من الخطوات التي تساعد في تنمية الوعي الأخلاقي لدى الفرد هذه الخطوات أربعة وهي كل مما يأتي:-

الخطوة الاولى/ تهدف هذه الخطوة الى تعرف واستكشاف الحديث السلبي لزيادة الوعي لدى الفرد فمن الضروري للمرشد ان يعرف ما انواع الحديث السلبي المرتبط مع المسترشد. وكيف يحدث وما المواقف التي تجلب الحديث الذاتي السلبي مما يؤثر على وعيه الأخلاقي بشكل سلبي.

الخطوة الثانية/ الهدف من هذه الخطوة هو اختيار ما الغرض الذي يخدمه الحديث السلبي. وهنا على المرشد مساعدة المسترشد في فهم اساسيات ومعتقداته. وقد لا يفصح المسترشدون عن معتقداتهم بسهولة. وذلك بسبب العادات والحماية الذاتية. ولاستكشاف دور ومهمة الحديث الذاتي. يمكن للمرشد ان يسأل المسترشد اسئلة مثل (بماذا تساعدني هذه الافكار لكي اعمل واشعر؟). فاكتشاف هذه المساحة لا يساعد المرشد والمسترشد



لفهم القاعدة الاساسية للحديث الذاتي فحسب. بل قد يدرك المرشد ان هناك أشياء أخرى يرغب في التعامل معه.

الخطوة الثالثة/ عندما يعيي المسترشد وراء استعماله الحديث الذاتي السلبي فإن المرشد يساعد المسترشد على تطوير المواجهة وتعتبر المواجهة من الاساليب الاكثر فاعلية التي تعمل على تغيير المعتقدات غير العقلانية بما يتلائم مع قيم المسترشد و أخلاقه فهو يكون في نفس الوضع والمزاج لكنه يتحدى العبارات التي قالها ويجب ان تكون المواجهة بلهجة ايجابية وبلغة الحاضر وواقعية وسهلة التذكر وتكرر باستمرار.

الخطوة الرابعة/ والهدف من هذه الخطوة هو مراجعة المسترشد للمواجهة بعد ممارستها وتعتبر المدة الزمنية اللازمة التي يحتاجها المسترشد لممارسة المواجهة متفاوتة ولكنه غالباً ما يحتاج لأكثر من اسبوع (برادلي وآخرون. 2012.261-260).

جميع هذه الخطوات تساعد الفرد في التخلص من الأفكار السلبية التي تؤثر على الفرد بشكل سلبي مما تجعله يفكر بشكل سلبي وبالتالي يؤثر عليه بشكل سلبي في تعامله مع الآخرين بعيداً عن الوعي الأخلاقي الذي يجب أن يمتلكه الفرد مما يجعله فرد إيجابي يستفاد منه المجتمع الذي يعيش فيه ويستفاد من المجتمع أيضاً.

المبحث الرابع/ الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

الاستنتاجات

١- يعد أسلوب الحديث الذاتي أسلوباً جيداً في مساعدة طلبة الجامعة على تنمية الوعي الأخلاقي لديهم.

٢- ان عينة البحث بحاجة إلى البرامج الارشادية وحاجتهن الى مثل هذه الأسلوب الإرشادي. لتعريفهن على التفكير الخاطئ والسلبي وكيفية استبداله بتفكير ايجابي وهذا يساعدن على تقديم سلوكيات متوافقة و ايجابية.

التوصيات

١- إفادة كل من قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي في الجامعات العراقية . وزارة التربية . ووزارة التعليم العالي من الأسلوب الإرشادي المستعمل في هذا البحث وجعله ضمن منهاج أعداد و تدريب المرشدين التربويين.



- ٢- ضرورة الاهتمام بتنمية الحديث الذاتي الايجابي بدءاً من أساليب التنشئة والتربية والإعداد في البيت وكل مراحل الدراسية وصولاً الى الجامعة. وتتمثل أولى مظاهر هذا الاهتمام في فسح المجال إمام الفرد خلال مسيرة نموه ونضجه لحل مشكلاته التي تواجهه. وتعزيز ثقته بنفسه. من اجل الوصول النمو السليم والايجابي.
- ٣- البحث على وسائل وتقنيات حديثة تسعى الى تطوير وسائل الارشاد النفسي والتوجيه التربوي. خاصة بعد التطورات السريعة والانفتاح الحاصل في البلد.

المقترحات

- ١- إجراء دراسة مماثلة على عينات أخرى مثلاً طلبة المدارس.
- ٢- إجراء دراسة تطبيقية بأسلوب (الحديث الذاتي) في تنمية الوعي الأخلاقي على المرحلة الجامعية.
- ٣- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين التفكير المنطقي والوعي الأخلاقي.

المصادر العربية

- ابو اسعد. احمد عبد اللطيف وعريبات. احمد عبد الحليم (2012) : نظريات الارشاد النفسي والتربوي. ط2. دار الميسرة للنشر والتوزيع. عمان- الاردن.
- باترسون. س . هـ (1990) : نظريات الارشاد والعلاج النفسي. ترجمة : حامد عبد العزيز الفقي. الجزء الاول. دار القلم للنشر والتوزيع. الكويت.
- برادلي. ارفورد وسوزان. املي و وينج. كاترين (2012): 35 اسلوباً على كل مرشد معرفتهما. ترجمة: هالة فاروق المسعود. ط1. دار الراية للنشر والتوزيع. عمان- الاردن.
- بطرس. بطرس حافظ (2010) : المشكلات النفسية وعلاجها. ط2. دار المسيرة. عمان- الاردن.
- حمد. ليث كريم (2013) : الارشاد النفسي في التربية والتعليم ادبيات برامج ودراسات. المطبعة المركزية. جامعة ديالى . العراق.
- الحياتي. صبري بردان علي (2011) : الارشاد التربوي والنفسي الاسلامي ونظرياته. ط1. دار صفاء للنشر والتوزيع . عمان- الاردن.
- الخالدي. عطا الله فؤاد والعلمي. دلال سعد الدين والصيحات. ابراهيم سالم (2011) : الارشاد المهني للمدارس والمراكز والجامعات. ط1. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان- الاردن.



نرتقي بوعينا من اجل طلبتنا
رؤى علمية لتحديات واقعية

المحور الخامس

جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية
المؤتمر العلمي الدولي الأول (٢٠٢٠/١٢/٢٣-٢٢)

- راشد. علي (2010) : الجامعة والتدريب الجامعي. دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر. بيروت - لبنان.
- السفاسفة. محمد ابراهيم (2010) : اساسيات في الارشاد والتوجيه النفسي والتربوي. ط1. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع. الكويت.
- شريم . رعدة حكمت.(٢٠٠٨)٠ سيكولوجية المراهقة. دار المسيرة للنشر والتوزيع . ط١٠
- شلبي . يوسف عبد الرحيم حسن. (٢٠١٠)٠ ارتباط المستوى الأخلاقي بالتنمية السياسية للأمة العربية . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية الدراسات العليا . جامعة النجاح الوطنية.
- صالح. مهدي صالح وشامخ. سميعة كريم (2011) : التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية. ط1. دار الصفاء للنشر والتوزيع. عمان - الاردن.
- العبيدي. سري غانم محمود (2006) : الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمسايرة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة الموصل. العراق.
- علام. منتصر (2012) : الارشاد النفسي العقلاني الانفعالي السلوكي " النظرية والتطبيق ". مكتب الجامعي الحديث.
- الفراء . احمد. (٢٠٠١)٠ فاعلية استراتيجيات لعب الدور في تنمية الحكم الأخلاق لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا الأردنية. الجامعة الأردنية.
- القذافي. رمضان محمد. (٢٠١١)٠ التوجيه والإرشاد النفسي. المكتب الجامعي الحديث٠