

" مستويات السعادة لدي ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة "

أ.م.د/ محمد عبدالعزيز عبد المجيد

أستاذ مساعد بقسم الادارة الرياضية والترويح كلية

التربية الرياضية جامعة العريش

م.د/ محمد سعيد عبد العاطى

مدرس بقسم الادارة الرياضية والترويح كلية التربية

الرياضية جامعة العريش

المقدمة و مشكله البحث

تختلف وجهات النظر حول مفهوم السعادة وفقاً لذات الشخص، أي لما يدركه الشخص وفقاً للمتغيرات البيئية التي تحيط به، كذلك الإمكانيات المادية والمعنوية، لذلك يُمكن أن نعتبره مفهوماً نسبياً يختلف من شخص لآخر، ومن معاق لآخر. (٤٤:٩).

ويعتبر الشعور بالسعادة محصلة التفاعل بين الاستعداد للسعادة والمواقف التي يعيشها الإنسان وفق طريقته في التفكير في كل موقف ومشاعره نحوه ، فالسعيد هو الذى يفكر فى الموقف بطريقة تفاؤلية ويشعر فيها بمشاعر إيجابية ، ويتخلص من مشاعر السخط والتذمر ، فلا يضطرب حتى فى المواقف الصعبة. (٥ : ٦٦)

كما تعتبر السعادة بمثابة المؤشر الوحيد الجدير بمفرده أن ينبئ بالوجود الأفضل، وذلك لأن بوسع أى شخص أن يفهم ما يعنيه لفظ السعادة، والسعادة يطمع إليها فى كافة الثقافات بوصفها هدفاً نهائياً للحياة، ومن ثم فهي تحظى باهتمام قطاع من علماء النفس. فقد أهتم علماء النفس بتحليل السعادة والنظر إليها من زاوية معرفية ووجدانية ونفس حركية فسعادة الإنسان فى الدنيا فى تفكيره ومشاعره وسلوكياته مما يجعل السعادة نسبية تختلف من شخص إلى آخر ، وتختلف فى الشخص الواحد من موقف إلى آخر ، وهى تتبع من داخل الإنسان وفق استعدادته الشخصية للسعادة والشقاء . (١٤ : ٩٩)

وميز علماء النفس بين السعادة كحالة نشعر بها فى موقف معين وبين السعادة كاستعداد أو سمة فى شخصية الإنسان ، وانتهوا إلى أن حالة السعادة لا تجمع مع حالة الشقاء فى

شخص واحد وفى موقف معين ، أما الاستعدادات للسعادة والاستعدادات للشقاء فهي موجودة عند كل الناس بدرجات مختلفة . فكل إنسان عنده استعدادات للسعادة واستعدادات للشقاء ، ولكنه من يرتفع عنده الاستعداد للسعادة ينخفض عنده الاستعداد للشقاء وكذلك العكس فيكون سعيداً فى مواقف كثيرة وتعبيراً فى قلة وكذلك العكس أما غالبية الناس فيكون الاستعداد للسعادة والشقاء متقاربين أو متوسطين ، وهم العاديون فى السعادة والشقاء ، الذين تجدهم أحياناً سعداء وأحياناً تعساء وفق الظروف التى يعيشون فيها . (٢٣ : ٣٦٤)

ويري مكاي وآخرون (٢٠٠٥) أن السعادة تتبع من مجموعة من الاهداف والمعتقدات التي يتبناها الفرد أي من داخل نفسه وليس من مجموعة الظروف المحيطة به (٢ : ١٨٥) ويرى الباحثان أن ممارسة الأشخاص للأنشطة الرياضية تأتي من خلال ميول واتجاهات نفسية نحو نشاط معين أو لعبة ما لذا فإن من المهم معرفة اتجاهاتهم نحو النشاط الرياضي الذي يمارس أو الفعالية التي يتم اختيارها إذ أن الاتجاه النفسي نحو الفعالية أو النشاط الرياضي من قبل المعاق يعتبر من الأمور الأساسية في اختياره وتوجهاته نحو ذلك النشاط أو تلك الفعالية وحسب ميوله ورغباته سلباً أم إيجاباً حيث أن معرفة اتجاهات الأفراد تساعد المربي الرياضي على توقع نوعية وسلوك التلميذ نحو النشاط الرياضي ومن ثم تشجيع اتجاهاته الإيجابية المرغوبة وتعديل وتغيير الاتجاهات الغير مرغوبة "

حيث تعد أنشطة الترويح الرياضي عاملاً مهماً في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الأفراد من ذوي الهمم وما يثمر عنها من لقاءات تنافسية ضمن منهاج منظم يعكس دوافع واتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط الرياضي في النادي أو المؤسسة الرياضية بشكل عام لذا تكمن أهمية البحث في التعرف على مستويات السعادة لدى ممارسي الأنشطة الترويحية من ذوي الهمم من أجل وضع توصيات فيما يخص تنظيم هذه الممارسة الرياضية في كلية اللغات والكليات الأخرى.

وتعتمد سياسة وقت الفراغ في المجتمعات المعاصرة على مبدأ إنساني يطمح إلى تحويل وقت الفراغ إلى وقت ممارسة أنشطة ترويحية بما يتناسب مع أوضاع الفرد المادية والاجتماعية وقيمه ومعتقداته وعمره ونوع جنسه . أي أن وقت الفراغ يعتمد على طبيعة الأنشطة والفعاليات

المتنوعة التي يمارسها الفرد في حياته اليومية ويختارها بإرادته بحيث تلائم ميوله واتجاهاته وظروفه وطبيعته الاجتماعية والنفسية بهدف المتعة والسُرور ، فوقت الفراغ أصبح أمراً لا غنى عنه في نمو المجتمع الحديث وتطوره وان التطور الاجتماعي يقوم على التلازم بين أقسام الوقت ، فقد أدت زيادة وقت الفراغ إلى زيادة أهميته . فالمادة (٢٤) من الإعلان العالمي لحقوق الإنسان الصادر عام (١٩٤٨) تؤكد على أن لكل شخص حق في الراحة وأوقات الفراغ. وأصبح التلازم بين وقت العمل ووقت الفراغ سمة أساسية من سمات المجتمعات المتقدمة ، بحيث يمكن استثمار وقت الفراغ من أجل تنمية دوافع العمل . (١١ : ١٧ ، ١٨)

ولقد أكد كل من جوردون ، كاتلبينو Gordon, W. R., & Catalbiano, M. L (١٩٩٦) ، هيلتسمان Hultsman, W. Z. (١٩٩٣) على أهمية استثمار وقت الفراغ بأنشطة ترويحية رياضية وثقافية واجتماعية وفنية لإدخال البهجة إلى النفس الإنسانية وحمايتها من الأمراض النفسية ، بالإضافة إلى العمل على تنمية الثقة بالنفس والالتزان الانفعالي والتوافق مع الذات ومع الآخرين والوقاية من الانحرافات وتنمية الكثير من القدرات والمهارات وإشباع الكثير من الرغبات والميول (١٦ : ٨٨٣) (١٨ : ٢٢٨)

كما اشار مايكل ارجايل Michael Argyle الي ان من يشغلون اوقات فراغهم باشياء هامة ومفيدة عم اكثر الاشخاص سعادة . (٨ : ١٥١)

وقد اظهرت العديد من الدراسات إلى أن أنشطة الترويح الرياضي تلعب دوراً هاماً في زيادة مستويات السعادة وجودة الحياة والصحة النفسية للممارسين. ومع ذلك، تظل هناك فجوة في المعرفة حول تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على مستويات السعادة لدى الأفراد من ذوي الإعاقة. حيث تشير بعض الدراسات إلى تأثير بعض المتغيرات (مثل العمر، النوع، نوع الإعاقة، ومدة الممارسة) وبعض المتغيرات النفسية (مثل الشعور بالانتماء والتقدير الذاتي) على مستويات السعادة لدى هذه الفئة.

كما تعتبر ممارسة أنشطة الترويح الرياضي وسيلة فعالة تطوير الحالة الصحية والنفسية والبدنية لدي الممارسين من ذوي الإعاقة. وفي إطار رؤية مصر ٢٠٣٠، التي تهدف إلى

تحقيق التنمية المستدامة وتعزيز جودة الحياة لجميع لافراد المجتمع، بما في ذلك الأفراد ذوي الإعاقة، تبرز أهمية هذه الأنشطة كوسيلة لتطوير الحالة الصحية والنفسية والبدنية.

كما تسعى الدولة المصرية إلى تعزيز مبدأ تكافؤ الفرص وتمكين ذوي الإعاقة، مما يجعل دراسة مستويات السعادة لدى هذه الفئة أمراً بالغ الأهمية.

وفي ظل الاهتمام المتزايد بالصحة النفسية وجودة الحياة للأفراد من ذوي الإعاقة، تبرز أنشطة الترويح الرياضي كأحد العوامل المحتملة التي قد تسهم في تحسين مستويات السعادة. رغم وجود بعض الدراسات التي تناولت الفوائد البدنية والاجتماعية لهذه الأنشطة، إلا أن التأثيرات النفسية، وخاصة على مستويات السعادة لدى ممارسيها من ذوي الإعاقة، لم تحظَ بالاهتمام الكافي. وعليه، تتحدد مشكلة هذا البحث حول السؤال الرئيسي: ما هي مستويات السعادة لدى الأفراد من ذوي الإعاقة؟ ويتم الاجابة علي هذا التساؤل من خلال مقارنة متوسطات درجات السعادة بين مجموعة من الأفراد ذوي الإعاقة ممن يمارسون أنشطة الترويح الرياضي بانتظام وأخرى لا تمارسها، وتحديد العوامل الديموغرافية والنفسية التي تساهم في تفسير التباين في مستويات السعادة، مثل نوع الإعاقة، المستوى التعليمي، نوع الجنس

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف علي مستويات السعادة لدي ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة من خلال دراسة الاجابة علي التساؤلات التالية

التساؤلات البحث :

- ١- ما هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة ؟
- ٢- هل توجد فروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير مستوي الممارسة (منتظم في الممارسة ، متقطع ، غير ممارس).
- ٣- هل توجد فروق في مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير المستوي التعليمي (تعليم جامعي -تعليم متوسط)
- ٤- هل توجد فروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث)؟

٥- هل توجد فروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويج الرياضي من ذوي الإعاقة تبعاً لمتغير نوع الإعاقة (بصرية، سمعي، حركية، صعوبات تعلم)؟

مصطلحات الدراسة:

١. **السعادة لدى المعاقين** : الشعور باعتدال المزاج و الحياة الهادفة و ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام و ذلك لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية المتمثلة في (العناية الصحة العامة والرضا عن الذات، وتقدير الذات والمستوي الاقتصادي) بنحو يجعله يوجه أفعاله وتصرفاته مع الإصرار على تحقيق أهدافه. (١٠:٤)

٢. **ذوي الإعاقة**: عرّف القانون رقم (١٠) لسنة ٢٠١٨ الشخص "ذي الإعاقة" في مادته الثانية بأنه: "كل شخص لديه قصور أو خلل كلي أو جزئي، سواء كان بدنياً، أو ذهنياً، أو عقلياً، أو حسيّاً، إذا كان هذا الخلل أو القصور مستقراً، مما يمنعه -عند التعامل مع مختلف العوائق- من المشاركة بصورة كاملة وفعالة مع المجتمع وعلى قدم المساواة مع الآخرين(٢٩).

الدراسات السابقة :

١- دراسة اريكا سانجوف **Erika Štangová** (٢٠٢٢)(١٧) بعنوان " فوائد الرياضة للأشخاص ذوي الإعاقة " حيث يهدف البحث الي معرفة ما تقدمه الرياضة في حياة الأشخاص ذوي الإعاقة حيث يواجه الأشخاص ذوو الإعاقة تحديات يومية تعيق اندماجهم الكافي في المجتمع وتُعتبر العوائق الصحية ظاهرة معقدة ومتعددة الأبعاد، تحمل في طياتها العديد من الخصائص المحددة. و على الرغم من أن الرياضة يمكن اعتبارها وسيلة جميلة للشمولية، فإننا نشهد قصوراً في المشاركة في الرياضة بشكل عام من الافراد ذوي الاعاقة جاءت اجراءات البحث بتصميم نوعي، واستخدمت المقابلات شبه المنظمة كطريقة لجمع البيانات، التي أجريت مع ٩ مُستجيبين بين أكتوبر ٢٠٢١ ومارس ٢٠٢٢. كان هدفها هو تحليل نتائج البحث لمعرفة ما تقدمه الرياضة في حياة الأشخاص ذوي الإعاقة، وفي أي المجالات أثرت الرياضة بشكل إيجابي على حياتهم. وأشارت النتائج الي أن الأشخاص ذوي الإعاقة ينعكس عليهم التغيرات التي حدثت في حياتهم بعد بدء ممارسة الرياضة بشكل

نشط من خلال الرياضة، حيث تمكنوا من تحسين حالتهم البدنية، كما جلبت الرياضة تغييرات إيجابية في مجالات الصحة النفسية والاجتماعية. وأكدت الدراسة أيضًا التأثير الإيجابي للرياضة على استقلالية الأشخاص الذين يعانون من عوائق صحية .

٢- دراسة أحمد حلمي محمد قورة (٢٠٢٢)(١) بعنوان " بناء مقياس السعادة النفسية لدى ممارسي أوجه نشاط الترويح الرياضي من كبار السن " يهدف البحث إلى بناء مقياس السعادة النفسية لدى ممارسي أوجه نشاط الترويح الرياضي من كبار السن، ووضع مستويات معيارية للمقياس، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، على عينة عشوائية من ممارسي أوجه نشاط الترويح الرياضي من كبار السن ممن تتراوح أعمارهم من (٦٠ - ٧٠) عامًا بإجمالي (٢١٢) مفحوصاً بواقع (١١٩) رجلاً (٩٣) سيدة، وقد توصل الباحثان إلى بناء مقياس السعادة النفسية لدى ممارسي أوجه نشاط الترويح الرياضي من كبار السن والذي يتكون من (٤٥) مفردة موزعين على (٣) أبعاد، وكانت العوامل المستخلصة من التحليل العاملي للمقياس كما يلي : البُعد الأول (تقبل الذات) وقد تشعب على هذا العامل (١٥) مفردة، البُعد الثاني (العلاقات مع الآخرين) وقد تشعب على هذا العامل (١٦) مفردة، البُعد الثالث (الإقبال على الحياة) وقد تشعب على هذا العامل (١٤) مفردة، كما تم التوصل الي المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية وقد أوصي الباحثان بتطبيق المقياس من قبل وزارة الشباب والرياضة والجهات المعنية برعاية كبار السن من الجنسين كوسيلة للتعرف على مستوى السعادة النفسية لديهم، وضرورة اعتماد المعايير المستخلصة عند تطبيق المقياس.

٣- دراسة حازم جاسم خزل (٢٠٢١)(٣) بعنوان تأثير بعض الأنشطة الترويحية المقترحة في التقليل من القلق النفسي والضغط النفسية عند المعاقين حركيا الرياضيين ، تتجلى أهمية البحث في اقتراح أنشطة ترويحية من قبل الباحثان لمعرفة مدى تأثيرها في التغلب والحد من القلق النفسي والضغط النفسية التي تعترى الرياضيين المعاقين ودراستها ووضع الحلول الناجعة لها والتي بدورها تؤدي إلي الارتقاء بهم وبلوغ ذروة الانجاز . وكانت **اهداف البحث:** -إعداد أنشطة ترويحية مقترحة وتطبيقها على الرياضيين المعاقين حركيا

في نادي البصرة. -التعرف على تأثير الأنشطة الترويحية على القلق النفسي والضغط النفسية على الرياضيين المعاقين حركيا في نادي البصرة. وكانت اهم الاستنتاجات : -تبين أن لتطبيق المنهج التروحي والمتضمن الأنشطة الترويحية قد قلل من القلق النفسي والضغط النفسية لدى المعاقين حركيا الرياضيين - ظهر أن هناك فرق واضح في نتائج القلق النفسي والضغط النفسية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

٤-دراسة يونس ساهتيلر وآخرون Yunus Şahinler^٢ , Baybars Recep Eynur (٢٠٢٠) (٢٨) بعنوان " مستويات السعادة لدى طلاب التربية البدنية والرياضة" تهدف هذه الدراسة إلى فحص مستويات السعادة لدى طلاب التربية البدنية والرياضة الذين يدرسون في كونييا وبوردور وأنقرة. شارك في الدراسة ٢٢٩ طالباً، ٦٤.٦٪ منهم إناث و ٣٥.٤٪ ذكور، في العام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠. تم استخدام "مقياس السعادة في أكسفورد" الذي طوره هيلز وأرجايل (٢٠٠٢) وتم تعديله إلى اللغة التركية من قبل دوغان وتشوتوك (٢٠١١) كأداة لجمع البيانات في الدراسة. تم تحديد توزيع النسب والقيم التكرارية للطلاب المشاركين في الدراسة من خلال الإحصاءات الوصفية، وتم تطبيق اختبار الانحراف والتفرطح كاختبار طبيعي. نظراً للتوزيع الطبيعي للبيانات، تم تطبيق اختبارات للعينة المستقلة واختبار ANOVA، وهما اختباران بارامتريان. ($\alpha = 0.05$) وفقاً للنتائج التي تم الحصول عليها من البحث؛ لوحظ وجود فرق كبير في المقارنة بين الجنسين لصالح الإناث. وفي المقارنة التي تمت وفقاً لسن الطلاب، وُجد أن هناك فرقاً كبيراً لصالح الطلاب البالغين من العمر ١٩ عاماً. كما وُجد أن هناك فرقاً كبيراً في المقارنة التي تمت بين أغراض ممارسة الرياضة لدى الطلاب. ومن النتائج الأخرى أن هناك فرقاً كبيراً بين متغير الحياة الصحية للطلاب ومستوى سعادتهم. ومع ذلك، في المقارنات التي تمت وفقاً لمتغير الحياة الاجتماعية للطلاب، وُجد أنه لا يوجد فرق كبير بين المجموعات. نتيجةً لذلك، تم تحديد أن مستويات السعادة لدى طلاب التربية البدنية والرياضة تتأثر بشكل كبير وفقاً لأهدافهم في ممارسة الرياضة.

- ٥- **دراسة فيصل العزى، لولوة الجاسر (٢٠١٩) (٧) بدراسة بعنوان " السعادة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والمرونة المعرفية لدى طلاب جامعة الكويت" بهدف تحديد مستوى السعادة النفسية لدى طالب جامعة الكويت في جميع مراحلهم الدراسية، وإلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية وتقدير الذات لدى تلك الفئة من المجتمع الكويتي، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وكانت أدوات جمع البيانات المستخدمة مقياس من إعداد الباحثان، وقد أظهرت أهم النتائج أن السعادة النفسية وتقدير الذات لدى طالب جامعة الكويت توجد بمستوى متوسط، بينما توجد المرونة المعرفية بمستوى مرتفع، كما أثبتت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين تقديرات الذكور وتقديرات الإناث حول السعادة النفسية، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية بين تقديرات الطلاب حسب المرحلة الجامعية حول السعادة النفسية.**
- ٦- **قام ناصر الدين أبو حماد (٢٠١٩) (١٢) بدراسة بعنوان " جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز"، بهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة النفسية وكل من السعادة النفسية والقيمة الذاتية، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وكانت أدوات جمع البيانات المستخدمة مقياس من إعداد الباحثان، وقد أثبتت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين جودة الحياة النفسية من جهة والسعادة النفسية والقيمة الذاتية من جهة أخرى.**
- ٧- **دراسة فاضل طالب صبار الجنابي (٢٠١٩) (٦) بدراسة عنوانها "تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الحركية الأساسية للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم بجمهورية العراق"، هدف البحث إلى التعرف تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الحركية الأساسية (المشي، الجري، الوثب، الحبل، اللقف) للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم.، واستخدام الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعة تجريبية واحدة باستخدام القياس القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية، اشتملت عينة البحث من (١٢) طفل تم تقسيمهم إلى (٨) أطفال كمجموعة تجريبية واحدة أساسية، (٤) أطفال كعينة استطلاعية لتقنين الاختبارات قيد البحث، استخدم الباحثان البرنامج التعليمي برنامج التربية الحركية المستخدم والاختبارات**

المهارية (إعداد الباحثان) كأدوات لجمع البيانات، وقد أسفرت نتائج البحث عن توجد فروق ذات دلالة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في بعض المهارات الحركية الأساسية للمعاقين عقليا القابلين للتعلم، وأن البرنامج التعليمي والألعاب الحركية وبرامج التربية الحركية له تأثير إيجابيا في تحسين المهارات الحركية لدى التلاميذ عامة ومدارس التربية الفكرية خاصة

٨- قام محمد سعيد (٢٠١٦)(١٠) بدراسة بعنوان " مستويات السعادة لدى ممارسي أنشطة وقت الفراغ من طلاب الجامعة، بهدف بناء مقياس السعادة لدى ممارسي أنشطة وقت الفراغ من طلاب الجامعة ووضع مستويات معيارية للمقياس، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقد توصل الباحثان إلى بناء مقياس السعادة لدى ممارسي أنشطة وقت الفراغ من طلاب الجامعة مكون من أربع أبعاد وهي: الرضا عن الذات - الرضا عن الحياة - جودة الحياة - الرضا عن العلاقات الاجتماعية كما تم التوصل إلى المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية.

اجراءات البحث

منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي نظرا لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث: يتمثل مجتمع البحث الحالي في نادي قادرون باختلاف المقيدون بالنادي .

عينة البحث : قام الباحثان باختيار عينة عشوائية من ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة بنادي قادرون باختلاف التابع لمديرية الشباب والرياضة بمحافظة شمال سيناء وقد بلغ حجم العينة (١٠٦) بواقع (٧٢) ذكر ، (٣٤) انثي . ، كما استعان الباحثان بعدد (٣٠) فردا من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث لحساب المعاملات العلمية للمقياس

جدول (١) يبين خصائص عينة البحث

المتغير	النوع	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	٧٢	٦٨٪
	أنثى	٣٤	٣٢٪
	المجموع	١٠٦	١٠٠٪
نوع الإعاقة	إعاقة بصرية	٦	٥.٧٪
	إعاقة سمعية	٢٤	٢٢.٦٪
	إعاقة حركية	٢٦	٢٤.٥٪
	أصعوبات تعلم	٥٠	٤٧.٢٪
	المجموع	١٠٦	١٠٠٪
	تعليم جامعي	٥٠	٤٧.٢٪
المستوي التعليمي	تعليم فوق متوسط	٣٤	٣٢.١٪
	تعليم متوسط	٢٢	٢٠.٨٪
	المجموع	١٠٦	١٠٠٪
	تعليم جامعي	٥٠	٤٧.٢٪
مستوي الممارسة	منتظم	٦٩	٦٥.١٪
	غير منتظم	٣٧	٣٤.٩٪
	المجموع	١٠٦	١٠٠٪

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحثان مقياس مستوى السعادة من اعداد محمد سعيد السيد ٢٠١٦ ، والذي يتكون من (٥٠) عبارة موزعين على (٤) ابعاد وكانت العوامل المستخلصة من التحليل العاملي للمقياس كما يلي :

- البعد الأول : الرضا عن الذات – وقد تشبع على هذا العامل (١٨) ثمانية عشر عبارة وتراوحت قيم التشبعات على العامل الأول ما بين (٠,٧٥١ ، ٠,٨٨٣)

- البعد الثاني : الرضا عن الحياة -وقد تشبع على هذا العامل (١٣) ثلاثة عشر عبارة وتراوحت قيم التشبعات على العامل الثاني ما بين (٠,٨٨٣, ٠,٩٣٤).
- البعد الثالث : جودة الحياة -وقد تشبع على هذا العامل (١٠) عشرة عبارات وتراوحت قيم التشبعات على العامل الثالث ما بين (٠,٦٠٤, ٠,٩٢٩)
- البعد الرابع : الرضا عن العلاقات الاجتماعية -وقد تشبع على هذا العامل (٩) تسعة عبارات وتراوحت قيم التشبعات على العامل الرابع ما بين (٠,٨٦٩, ٠,٧٧٥).
- تم التوصل الي المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (١١٠.٦٠) درجة بالمستويات التقديرية اتضح انه يقع عند الدرجة (١٠١-١٢١) وإمام المستوي " جيد "

ولحساب صدق المقياس قام الباحثان بعرض ابعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال الترويح الرياضي وعلم النفس واعتبر اتفاق السادة الخبراء على ابعاد وعبارات المقياس معيارًا لجودة المقياس.

لصدق الاتساق الداخلي لعبارات ومحاور المقياس: قام الباحثان بحساب الصدق وذلك من خلال حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية **للبعد** الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية لكل بعد ودرجة المقياس ككل كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

ن = ٣٠

م	الرضا عن الذات	م	الرضا عن الحياة	م	جودة الحياة	م	الرضا عن العلاقات الاجتماعية
١	٠.٤٢٥	١	٠.٧٤٦	١	٠.٥١٧	١	٠.٧٢٥
٢	٠.٤٧٨	٢	٠.٦٨٤	٢	٠.٧٤٤	٢	٠.٦٢٥
٣	٠.٧٢١	٣	٠.٦٥٢	٣	٠.٦٣٨	٣	٠.٦٠٧
٤	٠.٥٩٢	٤	٠.٦٢١	٤	٠.٤٥٢	٤	٠.٥٣٨
٥	٠.٦٤١	٥	٠.٦٢٨	٥	٠.٥٢٤	٥	٠.٥٧٤
٦	٠.٥٣٢	٦	٠.٦٤١	٦	٠.٥٨٨	٦	٠.٥٤٧
٧	٠.٥٧٨	٧	٠.٥٨٠	٧	٠.٦٥١	٧	٠.٥١٤
٨	٠.٥٤٧	٨	٠.٧١٠	٨	٠.٤٩٨	٨	٠.٦٨٥
٩	٠.٥٧٤	٩	٠.٦٣٢	٩	٠.٥٦٢	٩	٠.٧٤٥
١٠	٠.٧١٤	١٠	٠.٦٧١	١٠	٠.٤٨٧		
١١	٠.٦٢٩	١١	٠.٦٣٨				
١٢	٠.٧١١	١٢	٠.٧١٨				
١٣	٠.٥٠٣	١٣	٠.٦١٥				
١٤	٠.٥٩٩						
١٥	٠.٦٩٣						
١٦	٠.٦٩٥						
١٧	٠.٥٦٧						
١٨	٠.٨٥٤						

معامل الارتباط الجدولي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٧) وجود دلالة إحصائية لمعامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه عند مستوى ٠.٠٥ لجميع العبارات مما يؤكد وجود صدق الاتساق الداخلي بين العبارات مع محاور المقياس.

جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة الكلية للبعد والمجموع الكلي لدرجات المقياس

ن = ٣٠

م	ابعاد المقياس	معامل الارتباط
١	الرضا عن الحياة	٠.٦٧٤
٢	الرضا عن الذات	٠.٥٣٦
٣	جودة الحياة	٠.٤٣٩
٤	الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٠.٦٥١

معامل الارتباط الجدولي عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٣) وجود دلالة إحصائية لمعامل الارتباط بين درجة الكلية للبعد والمجموع الكلي لدرجات المقياس مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

لحساب ثبات المقياس: قام الباحثان بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية سبيرمان وبراون Spearman&Prown، جتمان Guttman، وطريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha Coefficientm كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٤)

معاملات ارتباط التجزئة النصفية للمقياس و معامل الارتباط ألفا كرونباخ للابعد والمجموع الكلى للمقياس

ن = ٣٠

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
			سبيرمان-براون	جتمان	
١	الرضا عن الحياة	١٨	٠.٧٥٧	٠.٦٤٦	٠.٧٣٧
٢	الرضا عن الذات	١٣	٠.٧٢٠	٠.٦٢٤	٠.٨٠٤
٣	جودة الحياة	١٠	٠.٧٥١	٠.٦٨٥	٠.٨٨٩
٤	الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٩	٠.٧٥٤	٠.٥٨٧	٠.٧٣١
٥	المجموع	٥٠	٠.٧٨٨	٠.٦١٣	٠.٨١٩

الفأ ≤ ٠.٧ قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $٠.٠٥ = ٠.٣٦١$

يتضح من جدول (٩) أن معاملات الارتباط بمعامل سبيرمان تراوحت بين (٠.٧٢٠ - ٠.٧٨٨) بينما تراوحت معاملات ارتباط جتمان بين (٠.٦١٣ - ٠.٦٨٥) ومعاملات ارتباط ألفا كرونباخ بين (٠.٥٠٤ - ٠.٦٣١) وكلها معاملات ذو دلالة احصائية لمستوى اتساق داخلي متطابق مما يدل على ثبات المقياس.

جدول (٥) مستويات تقديرية لدرجات مقياس السعادة

الدرجة الخام	مستوي السعادة	عدد الافراد	النسبة المئوية
(١٢٢) فاكثراً	جيد جداً	٢٣	٢١.٧ %
(١٢١ - ١٠١)	جيد	٣٤	٣٢.١ %
(١٠٠ - ٨٠)	متوسط	٢٢	٢٠.٨ %
(٧٩ - ٥٩)	مقبول	١٨	١٧.٨ %
(٥٨) فاقلاً	ضعيف	٤	٣.٨ %
العدد والنسبة		١٠٦	

يتضح من جدول (٥) المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (١١١.٨٠) درجة بالمستويات السابقة اتضح انه يقع عند الدرجة (١٠١-١٢١) وامام المستوي " جيد "

الدراسة الأساسية للبحث:

قام الباحث بتطبيق استمارة الاستبيان على عينة البحث الأساسية خلال المدة الزمنية من (٢٠٢٢/٢/٢٢) إلى (٢٠٢٢/٣/١٥)، وبعد الانتهاء من تطبيق الاستبيان على عينة البحث تم جمع الاستمارات وتقريغها استعدادا لمعالجتها احصائيا.

رابعاً المعالجات الاحصائية:

استخدم الباحثان حزمة البرنامج الإحصائي spss والتي تساعد في معالجة نتائج البحث واختبار فروضه باستخدام المعادلات الآتية: (الوسط حسابي-اختبار t-معامل ارتباط سييرمان-تحليل التباين الأحادي الاتجاه).

عرض ومناقشة نتائج الدراسة :

للإجابة على التساؤل الأول ما هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويج الرياضي من ذوي الاعاقة ؟ تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد المقياس للإجابة على التساؤل، كما هو موضحاً في الجدول رقم (٦).

جدول (٦) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الإعاقة

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مُستوى الموافقة
الرضا عن الحياة	٢٩.٣٢٥٠	٣.٢٦٣٨٢	متوسط
الرضا عن الذات	٢٩.٣٣٧٥	٤.٤٠٠١٩	متوسط
جودة الحياة	٢٤.٢٢٥٠	٥.٠٥١٥٧	منخفض
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٢٦.٠٧٥٠	٥.٣٥٥١٧	منخفض
المتوسط الكلي	١٠٨.٩٦٢٥	١٨.٠٧٠٧٥	متوسطا

ويُظهر من النتائج الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسط العام للمتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة الطلبة ذوي الإعاقة من الغير منتظمين كانت ١٠٨.٩٦٢٥، وهو مُستوى سعادة متوسطة وفقاً لمقياس تحديد مُستوى السعادة وفي ضوء المعايير المئينية للمقياس.

ان نتائج البحث اشارت إلى أن الدرجة الكلية للمقياس جاءت في المستوى المتوسط لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الإعاقة غير المنتظمين ، مما يعكس وجود فجوة في مستويات السعادة لدى هذه الفئة. ويرى الباحثان انه توجد العديد من العوامل التي يمكن ان تؤثر في مستوى السعادة لدي افراد البحث ومنها ان هذه الأنشطة تساهم في تحسين حالتهم المزاجية وتقليل الشعور بالضيق، ولكنها قد لا تكون كافية لتحقيق مستوى عالٍ من السعادة لدى الجميع. فضلا عن انه قد تؤثر طبيعة الإعاقة وشدة الأعراض على مستوى السعادة، حيث قد يواجه بعض الأفراد تحديات أكبر في تحقيق السعادة الكاملة ، كما يمكن ان تختلف الخصائص الشخصية بين الأفراد ذوي الإعاقة ، مثل التفاؤل والمرونة، والتي يمكن ان يكون لها تأثير على قدرتهم في الشعور بالسعادة

ويشير الباحثان ان هذا يتفق مع دراسة فيصل العزى، لولوة الجاسر (٢٠١٩) (٧) أن السعادة النفسية وتقدير الذات لدى ممارسي النشاط الرياضي جاءت بمستوى متوسط، وكذلك دراسة يونس ساهتيلر وآخرون Baybars Recep Eynur ، Yunus Şahinler٢

(٢٠٢٠) (٢٨) والتي اشارت الي أن مستويات السعادة لدى عينة الدراسة تتأثر بشكل كبير وفقاً لأهدافهم في ممارسة الرياضة.

كما يتفق مع ما اشار اليه **Diener, E., Suh, M. E., Lucas, E. R., & Smith, H. (١٩٩٩) (١٥)** في انه افراد المجتمع يشعرون بمستوى عالٍ من السعادة عندما يشعرون بالكثير من المشاعر الإيجابية أو القليل من المشاعر السلبية، ويقومون بأنشطة رائعة، ويشعرون بالفرح أو مستويات منخفضة من المعاناة، ويرضون عن حياتهم . ومن ثم فنتائج البحث تظهر اهمية العمل علي تطوير برامج الانشطة الترويحية المقدمة للطلبة من ذوي الاعاقة من غير المنتظمين بما يتناسب مع احتياجاتهم وميولهم ، مع التركيز علي الدعم الاجتماعي، من قبل الاسرة والاصدقاء وتوفير بيئة ممارسة تسهم في رفع مستوى السعادة لدى هذه الفئة.

للإجابة على التساؤل الثاني: هل توجد فروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير مستوى الممارسة (منتظم في الممارسة ، متقطع ، غير ممارس). تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد المقياس للإجابة على التساؤل أعلاه، كما هو موضحاً في الجدول رقم (٧):

جدول (٧) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير مستوى الممارسة (منتظم في الممارسة ، متقطع ، غير ممارس).

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مُستوى الموافقة
الرضا عن الحياة	٢٨.٥٧٥٠	٣.٤٣٣٩١	متوسط
الرضا عن الذات	٣٩.٩٥٠٠	٥.٢٠٦٨٦	مرتفع
جودة الحياة	٤٤.٨١٢٥	٥.٠٢٨٢٦	مرتفع
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٢٨.٨٠٠٠	٤.٠٤٥٣١	متوسط
المتوسط الكلي	١٤٢.١٣٧٥	١٧.٧١٤٣٤	مرتفع

ويظهر من النتائج الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسط العام للمتوسطات الحسابية لاستجابات العينة كانت ١٩٨.٦٦٢٥، وهو مستوى جودة مرتفع وفقاً لمقياس تحديد مستوى جودة الحياة وفي ضوء المعايير المئينية للمقياس.

وقد اشارت نتائج البحث إلى أن أنشطة الترويح الرياضي لها دوراً مؤثراً على تحسين حالتهم المزاجية وتقليل الشعور بالضيق، وتساهم في تحقيق مستوى عالٍ من السعادة الرضا عن الحياة فالاشتراك بصفة منظمة في ممارسة الأنشطة الترويحية ساهم في إفراز هرمونات السعادة (الإندورفين) التي تعمل على تحسين المزاج وتقليل التوتر. فضلاً عن تعزيز الثقة بالنفس والشعور بالإنجاز، مما يساهم في زيادة مستوى السعادة. كما ان الممارسة توفر فرصاً للتواصل والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، مما يعزز الشعور بالانتماء والدعم الاجتماعي. كما ان الممارسة تساهم في تقليل الألم والمعاناة المرتبطة بالإعاقة، مما يؤدي إلى زيادة الشعور بالراحة والسعادة. وهذا يتفق مع ما اشار اليه كل من (لاما وكوتلر، (٢٢) ٢٠٠٩؛ شتاين وبوك، (٢٦) ٢٠٠٣؛ كوياديمير وميسر ٢٠١٥ (٢١). في ان أن الأشخاص السعداء يكتسبون أصدقاء، وأن الأشخاص السعداء يتمتعون بصحة أفضل، وأن جهازهم المناعي يعمل بشكل أفضل، وأنهم يستمتعون بالعلاقات الشخصية. إلى جانب ذلك، ترتبط السعادة، التي تُعبر عنها بحالة الرضا والمتعة، ارتباطاً وثيقاً بتحقيق الذات، وأفضل استخدام لإمكاناتها وقوتها، وتحقيق مكاسب أفضل، والعثور على معنى في الحياة، وعيش حياة فاضلة

للإجابة على السؤال الثالث: هل توجد فروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي (تعليم جامعي - تعليم متوسط)؟ تم استخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين للإجابة على التساؤل أعلاه، كما هو موضحاً أدناه:

جدول (٨) اختبار ت لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي (تعليم جامعي - تعليم متوسط)

البعد	المستوى التعليمي	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة
الرضا عن الحياة	تعليم متوسط	٨٠	٢٩.٣٢٥٠	٣.٢٦٣٨٢	١.٤١٦	١٠٩.
	تعليم جامعي	٨٠	٢٨.٥٧٥٠	٣.٤٣٣٩١		
الرضا عن الذات	تعليم متوسط	٨٠	٣٠.٣٣٧٥	٤.٥٠٠١٩	-٣.٣٩٥	**٠.٠٠١
	تعليم جامعي	٨٠	٣٢.٩٥٠٠	٥.٢٠٦٨٦		
جودة الحياة	تعليم متوسط	٨٠	٢٤.٢٢٥٠	٥.٠٥١٥٧	-٣.٨٢٠	**٠.٠٠٠
	تعليم جامعي	٨٠	٢٨.٨٠٠٠	٤.٠٤٥٣١		
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	تعليم متوسط	٨٠	٢٦.٠٧٥٠	٥.٣٥٥١٧	-٢.٤٦٥	**٠.٠٠٠
	تعليم جامعي	٨٠	٢٩.٢١٢٥	٥.٠٢٨٢٦		

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول أن قيمة ت جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين عينة البحث وفقا لمتغير المستوى التعليمي علي البعد الثاني والثالث والرابع ولصالح عينة المستوى الجامعي بينما جاء غير دالة علي البعد الاول .

ويري الباحثان ان ذلك يرجع الي أن عينة البحث من ذوي الاعاقة من المستوى التعليمي الجامعي قد يتمتعون بمزيد من المهارات والمعرفة التي تمكنهم من تقييم أنفسهم وعلاقاتهم بشكل إيجابي، مما يعزز شعورهم بالرضا عن الذات وجودة حياتهم.

حيث اشار سوني ليوبوميرسكي (٢٠٠٨)(٢٤) في نتائج ابحاثه عن السعادة مستوياتها بنسب مئوية موزعه كما يلي ان الوراثة أو الجينات يشكل ٥٠٪ من السعادة. بينما تحدد ظروف مثل الزواج والدخل أو المظهر ١٠٪ من السعادة. الـ ٤٠٪ المتبقية تعني أنها تأتي من الأنشطة أو ما يمكننا القيام به لتغيير مستوى سعادتنا

كما اشار (أوسلو، ٢٠١٨) (٢٧)، فإن السعادة تتعلق بالمعرفة، ولا يمكن تحقيق أفعال واقعية لتحقيق السعادة دون معرفة ما هي السعادة.

للإجابة على السؤال الرابع: هل توجد فروق في مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث)؟ تم استخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين للإجابة على التساؤل أعلاه، كما هو موضح أدناه:

جدول (٩) اختبار ت لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق في هو مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير الجنس

البعد	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة
الرضا عن الحياة	أنثى	٨٢	٢٨.٤١٤٦	٣.٥٧٩٦١	-٢.٠٨٨	*.٠.٣٨
	ذكر	٧٨	٢٩.٥١٢٨	٣.٠٣٥٤٨		
الرضا عن الذات	أنثى	٨٢	٣٠.٥١٢٢	٥.٢٠٥٠٤	-٢.٩٩٣	**..٠.٠٣
	ذكر	٧٨	٣٢.٨٣٣٣	٤.٥٦٥٣٠		
جودة الحياة	أنثى	٨٢	٢٥.٢٩٢٧	٥.٩٥٥٥٧	-٣.٢٢٣	**..٠.٠٢
	ذكر	٧٨	٢٧.٧٩٤٩	٣.٦٤٤٤٥		
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	أنثى	٨٢	٢٦.٢٩٢٧	٥.٧٨٣٠٩	-٣.٣٤٠	**..٠.٠١
	ذكر	٧٨	٢٩.٠٦٤١	٤.٦١٦٠١		

* * ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة ت ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ علي جميع ابعاد مقياس السعادة وفقا لمتغير نوع الجنس ولصالح عينة الذكور

ويرجع الباحثان ذلك الي ان عينة الذكور لديهم طرق مختلفة في التعامل مع المشاعر، حيث يميل بعضهم إلى إظهار مشاعرهم بشكل أقل مقارنة بالإناث. هذا الأمر قد يسهم في تخفيف الضغوط النفسية لديهم، مما يؤدي إلى زيادة مستويات السعادة. فضلا عن ان أنشطة الترويح الرياضي قد تكون وسيلة فعالة لتعزيز تقدير الذات والنجاح الشخصي لدى الذكور، مما يزيد من مستويات السعادة لديهم. تحقيق النجاح في الرياضة يعزز من الشعور بالإنجاز، مما ينعكس

إيجابياً على رضاهم عن الحياة. كما ان الانشطة قد تتناسب اكثر مع قدراتهم واستعداداتهم مما يعزز من شعورهم بالسعادة.

حيث يشير (كولودار ١٩٩٨)(٢٠) ان الرياضة تعتبر مجالاً تربوياً وبيولوجياً واجتماعياً يطور النشاط البدني والمهارات الحركية داخل سلوكيات عقلية وروحية واجتماعية ضمن قواعد معينة، وتهدف إلى استخدام هذه الصفات في إطار تلك القواعد وبالتالي، تُعتبر السعادة إحدى الأسباب التي تشجع الأفراد على ممارسة الرياضة، حيث تبدو فائدتها واضحة على المستويين البدني والروحي.

كما يشير شان و أكبنار، أولوكان ٢٠٠٨(٢٥) ان مستويات الصحة البدنية والعقلية تعتبر مهمة من حيث التناغم الاجتماعي. في هذا السياق، يجب اعتبار الرياضة عاملاً مهماً جداً في الحياة الاجتماعية للأفراد

كما يري كات ٢٠٠٩ (١٩) أن التكيف مع المجتمع يعد وسيلة فعالة لزيادة الانضباط، والمعنويات، والتحفيز، مما يسهم بشكل كبير في التطور النفسي والفسولوجي، ويتيح للفرد تجربة مشاعر الفوز والخسارة، ويعزز دوافع الألعاب التي تجلب السعادة للإجابة على السؤال الخامس: هل توجد فروق في مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويح الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير نوع الاعاقة (سمعية، بصرية، حركية، صعوبات تعلم)؟ تم استخدام تحليل التباين الأحادي للإجابة على التساؤل أعلاه، كما هو موضح أدناه:

جدول (١٠) تحليل التباين الأحادي للفروق مستوى السعادة لدى ممارسي أنشطة الترويج الرياضي من ذوي الاعاقة تبعاً لمتغير نوع الاعاقة (سمعية، بصرية، حركية، صعوبات تعلم)؟

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مُستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	٤١.٩٩٢	٣	١٣.٩٩٧	١.٢٤٥	٠.٢٩٥
	في المجموعات	١٧٥٣.٦٠٨	١٥٦	١١.٢٤١		
	الاجمالي	١٧٩٥.٦٠٠	١٥٩			
الرضا عن الذات	بين المجموعات	٢٢٢.١٥٥	٣	١٥.٠٥٢	١.٤٥٩	٠.٣٦٤*
	في المجموعات	٣٧٩٢.٥٣٨	١٥٦	١٠.٣١١		
	الاجمالي	٤٠١٤.٦٩٤	١٥٩			
جودة الحياة	بين المجموعات	٢٥.٢٦٦	٣	٨.٤٢٢	٠.٣١٩	٠.٨١٢
	في المجموعات	٤١٢٠.٧٠٩	١٥٦	٢٦.٤١٥		
	الاجمالي	٤١٤٥.٩٧٥	١٥٩			
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	بين المجموعات	٣٢٧.٥٩٩	٣	١٠٩.٢٠٠	٣.٩٣٥	٠.٠١٠*
	في المجموعات	٤٣٢٩.٠٩٤	١٥٦	٢٧.٧٥١		
	الاجمالي	٤٦٥٦.٦٩٤	١٥٩			

* ذات دلالة إحصائية عند مُستوى ٠.٠٥

يبين الجدول (١٠) أن قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مُستوى ٠.٠٥ علي البعد الرابع الرضا عن العلاقات الاجتماعية بينما جاءت غير دالة علي باقي الابعاد لذا سوف يستخدم الباحثان اختبار اقل فرق معنوي لايجاد الفروق .

جدول (١١) اختبار LSD للمقارنات البعدية للفروق علي بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية تبعاً لمتغير نوع الاعاقة

البعد	(I) نوع الاعاقة	(J) نوع الاعاقة	الفرق في المتوسط (I-J)	الخطأ المعياري	Sig.
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	اعاقة بصرية	اعاقة سمعية	٢.٤٣٨٨١*	.٩٨٩٣٠	.٠١٥
		اعاقة حركية	.٤٢٣٢٨	١.٠٦٩٩٦	.٦٩٣
		صعوبات التعلم	٢.٦٥١٨٥*	١.١٩٢٧٥	.٠٢٨
	اعاقة سمعية	اعاقة بصرية	-٢.٤٣٨٨١*	.٩٨٩٣٠	.٠١٥
		اعاقة حركية	-٢.٠١٥٥٣	١.١٠٥٩٤	.٠٧٠
		صعوبات التعلم	.٢١٣٠٤	١.٢٢٥١٣	.٨٦٢
	اعاقة حركية	اعاقة بصرية	-.٤٢٣٢٨	١.٠٦٩٩٦	.٦٩٣
		اعاقة سمعية	٢.٠١٥٥٣	١.١٠٥٩٤	.٠٧٠
		صعوبات التعلم	٢.٢٢٨٥٧	١.٢٩١١٤	.٠٨٦
	صعوبات التعلم	اعاقة بصرية	-٢.٦٥١٨٥*	١.١٩٢٧٥	.٠٢٨
		اعاقة سمعية	-.٢١٣٠٤	١.٢٢٥١٣	.٨٦٢
		اعاقة حركية	-٢.٢٢٨٥٧	١.٢٩١١٤	.٠٨٦

تشير النتائج الي وجود فروق بين الاعاقة البصرية ولكل من الاعاقة السمعية وصعوبات التعلم ولصالح بعد الاعاقة البصرية .

ويرجع الباحثان ذلك الي انه قد يكون الأفراد ذوي الإعاقة البصرية قد طوروا مهارات تواصل فعالة بشكل خاص للتعامل مع تحديات الإعاقة، مما يجعلهم أكثر قدرة على بناء علاقات قوية ، فضلا عن الأفراد ذوي الإعاقة البصرية أكثر تركيزاً على الاستماع، مما يعزز التواصل الفعال في العلاقات الاجتماعية.

حيث يشير ارين ريسكويث Aren Rasciute (٢٠١٠) (١٣) ان السعادة، المدعومة بالقدرة الفردية والموارد الاجتماعية والشخصية، تُعتبر عاملاً مؤثراً على الكفاءة البدنية. إذ

تُعتبر اللياقة البدنية عنصراً أساسياً في حياة الأفراد الصحية، ومن المعروف أنها تؤثر على مستويات السعادة في الحياة الصحية.

الاستنتاجات :

١. اظهرت النتائج أن المتوسط العام للمتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة من البحث ذوي الإعاقة كانت ١٠٨.٩٦٢٥، وهو مستوى سعادة متوسطة وفقاً لمقياس تحديد مستوى السعادة .
٢. اظهرت النتائج أن المتوسط العام للمتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة من ذوي الإعاقة من المنتظمين كانت ١٩٨.٦٦٢٥، وهو مستوى سعادة مرتفع وفقاً لمقياس تحديد مستوى السعادة وفي ضوء المعايير المئينية للمقياس.
٣. وجود فروق دالة احصائياً وفقاً لمتغير المستوى التعليمي علي البعد الثاني والثالث والرابع ولصالح عينة المستوى الجامعي بينما جاء غير دالة علي البعد الاول .
٤. وجود فروق دالة احصائياً علي جميع ابعاد مقياس السعادة وفقاً لمتغير نوع الجنس ولصالح عينة الذكور
٥. وجود فروق بين الاعاقة البصرية ولكل من الاعاقة السمعية وصعوبات التعلم ولصالح بعد الاعاقة البصرية علي بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية .

التوصيات:

- تفعيل دور مراكز الاحتياجات الخاصة في المجتمع لتوفير الاحتياجات المادية والنفسية والاجتماعية لذوي الإعاقة.
- تقييم البرامج التربوية والاجتماعية المقدمة لذوي الاعاقة، ووضع الخطط التطويرية بما يعزز مستوى السعادة لديهم، وتزويد من فرص سعادتهم ودرجة رضاهم عن الحياة.

- إزالة جميع العقبات التي تحول دون إدماج ذوي الإعاقة في أشكال الحياة الاجتماعية كافة، وتكثيف البرامج الاجتماعية التي من شأنها بناء اتجاهات إيجابية نحو ذوي الإعاقة.
- توجية وزارة الشباب والرياضة الي تقديم برامج تروحية رياضية مكثفة وموجهه الي ذوي الإعاقة وخاصة من غير المنتظمين في الممارسة مما يعزز مستوى السعادة لديهم .
- تفعيل انواع مختلفة من البرامج التروحية بالاندية المهتمه بذوي الإعاقة .
- تفعيل دور الرائد التروحي باندية ذوي الإعاقة .
- تفعيل دور الاخصائي النفسي بالهيئات الرياضة الخدمة الرياضية لذوي الإعاقة .

المراجع

١. أحمد حلمي محمد قورة : (٢٠٢٢) " بناء مقياس السعادة النفسية لدى ممارسي أوجه نشاط الترويح الرياضي من كبار السن ، إنتاج علمي، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.
٢. جاري مكاي ودون كينكمير : (٢٠٠٥) الشعور اختيار ينبع من الذات ، ترجمة مكتبة جرير ، الرياض ، المملكة العربية السعودية
٣. حازم جاسم خزل : (٢٠٢١) تأثير بعض الأنشطة التروحية المقترحة في التقليل من القلق النفسي والضغط النفسية عند المعاقين حركيا الرياضيين .مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية ٢٣١-٢٢٠ ، (١) ٣١ ،
٤. سحر منصور القطاوي : (٢٠١٣)الشعور بالسعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدي عينة من المعاقين سمعيا ،دراسات

عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب

م ١٤٥٤

٥. سهير أحمد سالم : (٢٠٠١) السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية " دراسة إرتقائية إرتباطية مقارنة ، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .،
٦. فاضل طالب : (٢٠١٩) بدراسة عنوانها "تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الحركية الأساسية للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم بجمهورية العراق" أعمال المؤتمر الأول: رياضة المرأة العربية - التحديات والفرص
٧. فيصل خليف العنزي، لولوة مطلق الجاسر : (٢٠١٩) السعادة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والمرونة المعرفية لدى طلاب جامعة الكويت. المجلة الدولية للتربية المتخصصة، المجلد (٨)، العدد (١٢) .،
٨. مايكل ارجايل : (١٩٩٣) سيكولوجية السعادة ،ترجمة فيصل عبد القادر يونس ، مراجعة شوقي جلال ، عالم المعرفة ، العدد (١٥٧) . الكويت.
٩. محمد احمد الهنداوي : (٢٠١١) الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الازهر بغزة.
١٠. محمد سعيد محمد السيد : (٢٠١٦) مستويات السعادة لدى ممارسي أنشطة وقت الفراغ من طلاب الجامعة. إنتاج علمي، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، العدد (٧٨)، سبتمبر.
١١. محمد محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز : (٢٠٠٦) "الترويج بين النظرية والتطبيق ، ط٤، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر .

١٢. ناصر الدين إبراهيم أبو : (٢٠١٩) جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة
حماد
النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة
الأمير سطاتم بن عبد العزيز، مجلة جامعة القدس
المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مجلد
(١٠) العدد (٤)،.

١٣. , Aren. **Rasciute**, IDownward,. (٢٠١٠). Health or happiness?
What is the impact of physical activity on the individual? Kyklos, ٦٣,
٢٥٦-٢٧٠.
١٤. Cornelisse – vermaat(٢٠٠٧), Judith confidence – and happiness in
older adult's physicedactinity . Human kinetics. U.S.
١٥. Diener, E., Suh, M. E., Lucas, E. R., & Smith, H. (١٩٩٩).
Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological
Bulletin, ١٢٥(٢), ٢٧٦-٣٠٢.
١٦. Easterlin, R.A. (٢٠٠٣) Explaining happiness Proceeding of the
National Academy of Sciences, vol. ١٠٠, pp. ١٧٦-١٨٣
١٧. Erika Štangová (٢٠٢٢) : The Benefit of Sport for People with
Disabilities ,
https://www.researchgate.net/publication/٣٦٣٨٤٩٤٦٥_The_Benefit_of_Sport_for_People_with_Disabilities
١٨. Gordon, W. R., & Catalbiano, M. L. (١٩٩٦). Urban and rural
differences in adolescent self-esteem, leisure boredom, and sensation
seeking as predictors of leisure time usage and satisfaction.
Adolescence, ٣١.
١٩. Kat, H. (٢٠٠٩). The comparison of the individual sports athletes
and team sports athletes' skills to solve the problems and the stress
levels. Master Thesis, Erciyes University, Institute of Medical
Sciences, Kayseri.

٢٠. Koludar, S. (١٩٩٨). Principles of coaching and education in football. Ankara: Turkish History Association Press
٢١. Koydemir, S., & Mısır, S. (٢٠١٥). Self-construals and happiness: An experimental priming study. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, ٥(٤٤), ٤٩-٦٠.
٢٢. Lama, D., & Cutler, H. C. (٢٠٠٩). The art of happiness: A handbook for living. New York: Riverhead Books.
<http://en.bookfi.net/book/١٥١٣٦٠٠>
٢٣. Luo Lu : Sources of Happiness(٢٠١٠): A Qualitative Approach The Graduate Institute of Behavioural Sciences Kaohsiung Medical College , Taiwan Published online: ٠٣ Apr
٢٤. Lyubomirsky, S. (٢٠٠٨). The how of happiness. New York: Penguin Press, ٢٢. <http://en.bookfi.net/book/١٠٨٠٣٦٥>
٢٥. Şahan, H., Akpınar S., Ulukan, M., & Akpınar, Ö. (٢٠٠٨). The role of communication technology in the relation of sports and media. Niğde University Journal of Physical and Sports Sciences, ٢(٢), ١٥٥-١٦٣
٢٦. Stein, S.J., & Book, H. E. (٢٠٠٣). EQ secret of emotional intelligence and success. (the original work was published in ٢٠٠٠). (Translated: Işık, M.), Ozgur Publisher, İstanbul, ٢٣٩.
٢٧. Uslu, B. N. (٢٠١٨). Happiness ethics in Aristotle and Al-Farabi. Kırıkkale University Journal of Social Sciences, ٢, ٤٦٩-٤٨٠.
٢٨. Yunus Şahinler^٢ , Baybars Recep Eynur Investigation of Happiness Levels of Physical Education and Sports College Students* Mahmut Ulukan^١ , International Journal of Psychology and Educational Studies, ٢٠٢٠, ٧ (٤) Special Issue, ٧٣-٨٣