# الأبعاد الأساسية للتوافق النفسي الاجتماعي للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لدى المعاقين حركيا

أ.د/ عبدالله فرغلي احمد
أ.م.د / احمد عبده حسن
الباحثة/ فاطمة عبدالحكيم زهرى محمد

**المقدمة ومشكلة الدراسة:**

يعتبر علم النفس الرياضي التطبيقي والممارسة البدنية من العلوم التي احتلت في الفترة الأخيرة مكانة لائقة بين مختلف علوم النفس الأخرى حيث انه علم النفس التطبيقي يهتم بسلوك الإنسان وخبرته العقلية والنفسية في مختلف المجالات المرتبطة بالرياضة والممارسة البدنية. (١٨:٣)

يعد مفهوم التوافق من المفاهيم الشائعة في علم النفس، وذلك لأنه يقيم سلوك الإنسان، لذلك يعتبر التوافق من المفاهيم الأساسية التي كانت ومازالت محورا للعديد من الدراسات النفسية والاجتماعية، إذ يتناول علم النفس موضوع التوافق بأبعاده المختلفة، فالصحة النفسية تعنى توافق الفرد ذاتيا واجتماعيا، لذا يسعى الفرد باستمرار لتحقيق هذا التوافق لكى يحقق المزيد من الرضا عن نفسه وعن الآخرين، وليس معنى تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والاستقرار النفسي أن يخلو الفرد من المشكلات وان يصادف أي عقبات تحول بينه وبين إشباع حاجاته والوصول إلى أهدافه.(٢٠:٢٨)

كما يعرف "**حامد زهران**" التوافق النفسي: بأنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته. (١٦٧:١٢)

هو مقدرة الفرد على التلاؤم والانسجام بينه وبين ذاته ومجتمعه في إن واحد مع مقدرته على إشباع حاجاته وميوله إزاء مطالب بيئته ومجتمعه. (٨:١٥)

وتقصد "**زينب محمود شقير**" (٢٠٠٣) بالتوافق الاجتماعي: قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة، وشعوره بالمسئولية الاجتماعية، وامتثاله لقيم المجتمع الذى يعيش فيه وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه، وقدرته على تحقيق الانتماء بالولاء للجماعة من حوله والدخول إلى منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين. (٣٣:٢١)

- وتنظر "**ماجدة عبيد**" إلى التوافق النفسي والاجتماعي: على انه أهم مظهر التوافق العام، ومؤشر إيجابي، وهام على تمتع الفرد بالصحة النفسية، كما انه يعد احد الدوافع التي تدفع الطالب إلى الانجاز الدراسي، ويزيد من مثابرته واجتهاده في تفهم المواد الدراسية. (٣:٣٢)

ولا يكاد مجتمع من المجتمعات الانسانية يخلو من وجود افراد المعاقين حركيا، الا ان الفرق بين المجتمعات يظهر في طبيعة نظرتها وتعاملها مع هذه الفئة، فلكل مجتمع خصوصيته الحضارية، ومنظومة القيم والمعايير الاجتماعية التي تحكم تصرفات افراده، وتحدد نظرتهم الى مختلف امور الحياة، ومن المسلم به ان المجتمعات الإنسانية لا تخلو من المشكلات والصعوبات التي تواجه الافراد والجماعة. (٢:٢)

لذلك تشير دراسة "**باهى أحمد محمود**" (**٢٠٠٥م**) ان التربية الرياضية لذوى الاحتياجات الخاصة تعمل على تنمية اللياقة البدنية والحركية الاساسية والادراك العام للجسم وتوفير مهارات رياضية متنوعة واعطاء الجسم المعاق الاحساس بالقيمة والاحترام كالإنسان بغض النظر عن اعاقته. (٤:٨)

ويذكر "**أسامة رياض**" (**٢٠٠٥م**) ان رياضة المعاقين تمثل الوسيلة الافضل والمثلى لسرعة عودة المعاق الى مجتمعه وتالفه مرة اخرى ونجاحه مرة اخرى ونجاحه كفرد منتج ضمن افرادها هذا المجتمع مندمجا فيه ومتفاعلا معه والرياضة عموما سواء للأصحاء والمعاقين هي احسن وسيلة للاحتفاظ باللياقة والصحة والقدرة على اداء العمل بكفاءة عالية. (٣٤:٦)

يرى "**كيلى Kelley (2006)**: ان التوافق يعنى الحياة الطبيعية، والرضا عن الذات، والاكتفاء الاجتماعي، والسيطرة على المتطلبات المتغيرة، وهو ما يعنى عدم وجود المشكلات التي تنتج عن الوضع الداخلي للفرد او البيئة الاجتماعية او التفاعل بينهما. (١٥:٣٧)

ومن خلال الزيارات الميدانية المتكررة للباحثة لمراكز وجمعيات التأهيل التربوي للمعاقين لاحظت الباحثة أن أكثر أفراد هذه العينة يعانى من ضعف في نقص الذات لديهم قد يعرضهم للعزلة الاجتماعية وسوء التكيف، وعدم الرغبة في الانخراط في العلاقات الإنسانية وعدم القدرة على تنظيم وضبط انفعالاتهم وتعبيرهم المستمر عن تعرضهم للقلق والخوف من المستقبل والنظرة السلبية للحياة والعديد من المشكلات النفسية التي تواجههم مما يدل على أن عمليات الإعداد النفسي لم تحظى بالاهتمام الكبير. وبسؤال الاخصائي النفسي المكلف بمتابعة هذه الفئة وإرشادهم نفسيا،أكد للباحثة على إصابة معظم المعاقين باضطرابات نفسية وعدم توافقهم نفسيا مما أثر تأثيرا سلبيا على صحتهم النفسية، و عند تعامل الباحثة معهم وإجراء بعض الحصص التطبيقية بالاستعانة ببعض الأنشطة الرياضية، أبدوا استجابة لممارسة هذه الأنشطة وبدأت تظهر عليهم علامات الرضا والتعامل مع الآخرين، مما اثأر لدى الباحثة الفضول العلمي لدراسة العلاقة بين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي.

**أهمية الدراسة والحاجة إليه:**

١- تساعد هذه الدراسة في التعرف علي ابعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لدي المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي

٢- اهتمام العاملين بالمجال الرياضي الي رعاية المعاقين وتهيئة الظروف لهم لممارسة النشاط الرياضي

**أهدف الدراسة:**

- بناء مقياس للتوافق النفسي الاجتماعي لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من المعاقين حركيا
- التعرف على الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في التوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين حركيا.

**تساؤلات الدراسة:**

**تحاول الدراسة الحالي اثبات صحة الفرض الحالي**

- ما هي ابعاد البناء مقياس بناء مقياس للتوافق النفسي الاجتماعي لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من المعاقين حركيا؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي ؟
- ما مستوي المعاقين حركيا للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ؟

**مصطلحات الدراسة:**

**التوافق النفسي Psychological Adjustment:**

يشير "**العناني (٢٠٠٥م)** ان التوافق النفسي ما هو الا عملية مستمرة يقوم الطالب من خلالها بتغير سلوكه وتصرفاته من اجل الوصول الى حالة توازن بين ذاته وبين الوسط والبيئة الاجتماعية والمدرسية التي يعيش فيها، بحيث يصبح اكثر تقبلا لذاته واكثر تقبلا للأخرين بصورة واقعية. (١:١٧)

**التوافق الاجتماعي Social Adjustments:**

يعرفه **Sears**: قدرة الطالب على التوفيق بين ما يحمله من دوافع، وبين ما يمارسه من ادوار اجتماعية، حيث تؤدى سماته الشخصية والانفعالية والعقلية التي يحملها هذا الفرد دورا واضحا في تحقيق نجاحه وقدرته على التوافق النفسي والاجتماعية. (٣:٣٧)

**الدراسات السابقة:**

- **دراسة النجماوى (٢٠١١م)** هدفت الدراسة إلى قياس مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة الموصل. التعرف على العلاقة الشخصية الاستقلالية، والتوافق النفسي والاجتماعي وفقا لمتغير التخصص والجنس وقد اختارت الباحثة عينة عشوائية طبقية تناسبية بلغت (٦٥٠) طالبا وطالبة، اعتمدت الباحثة على الذاتية هما ممارسي الشخصية الاستقلالية الذي أعدته الباحثة، التوافق النفسي والاجتماعي الذي قامت ببنائه وكانت نتائجها:

١- تمتع طلبة الموصل بمستوى عال من الشخصية الاستقلالية.

٢- تمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى عالي من التوافق النفسي والاجتماعي.

٣- وجود علاقة دالة إحصائية بين متغيري الشخصية الاستقلالية والتوافق النفسي والاجتماعي.

٤-وجود فروق في العلاقة بين الشخصية الاستقلالية والتوافق النفسي والاجتماعي وفقا لمتغير التخصص ولصالح العلمي ومتغير الجنس لصالح الذكور.

- دراسة "**إبراهيم أحمد سليمان**" (٢٠١٧م) (١) يهدف الدراسة الى التعرف على التقبل الاجتماعي ومفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من التلاميذ الموهوبين، والتعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة، وطبق الدراسة على عينة قوامها ٢٠٣ من التلاميذ والتلميذات من الموهوبين بالمدارس الإعدادية، استخدمت الأدوات التالية اختبار القدرة العقلية إعداد فاروق عبدالفتاح (١٩٨٧) وبطاقة ملاحظة الموهوبين إعداد زينب شقير (٢٠١٠)، ومقياس التوافق النفسي زينب شقير (٢٠٠٣) ومقياس مفهوم الذات، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً عند (٠٠١) بين متوسط درجات مفهوم الذات والتوافق النفسي لدى التلاميذ الموهوبين بالمرحلة الإعدادية، ووجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠٠١) بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الموهوبين في مفهوم الذات لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي.

- **دراسة "فريال سليمان" (٢٠١٣م)** (١١٥) هدفت إلى معرفة مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الذكاء لدى أطفال الرياض إلى معرفة العلاقة بين مفهوم الذات ومستوى الذكاء لدى أطفال الرياض من عمر ٤-٥ سنوات من الذكور والإناث، وتحديد الفروق التي تعزى لمتغير العمر والجنس بين مفهوم الذات بأبعاده (السلوكية – الاجتماعية –العقلية – الجسمية) ومفهوم الذات العام لديهم، وقد تم إجراء هذا الدراسة على عينة مؤلفة من ١٨٠ طفلا وطفلة من أطفال رياض محافظة دمشق، منهم ٤٥ ذكرا، ٤٥ أنثى من عمر ٥ سنوات، ٤٥ ذكرا و٤٥ أنثى من عمر ٤

سنوات، نتائج الدراسة: – وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام بين أطفال الرياض أفراد عينة الدراسة من عمر ٤–٥ سنوات تعزى لمتغير العمر، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام بين أطفال الرياض أفراد عينة الدراسة من عمر ٤–٥ سنوات تعزى لمتغير الجنس.

**الدراسات الأجنبية :**

– **دراسة ايمونج وايرون (٢٠١٦م)** هدفت دراستهم التي أجريت في أوغندا إلى التعرف على واقع دمج الطلبة ذوى الإعاقة في ضوء توقيع أوغندا على اتفاقية حقوق الأشخاص ذوى الإعاقة، ومن اجل تحقيق هذه الدراسة، تم إجراء مقابلة من ٤ من الطلبة ذوى الإعاقة في الأمور المتعلقة بالقبول في الجامعة والوصول إلى المحاضرات وتقيمهم أو تقديم الامتحانات والوصول إلى خدمات المكتبة وقاعات التدريس.

– **قام "جوزمان" (٢٠١٥م)** بعمل دراسة في نيجيريا بهدف التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الطلبة ذوى الإعاقة السمعية والجسمية المدموجين وبين عينة من الطلبة الذين لا توجد لديهم إعاقة في المدارس الثانوية ومن اجل تحقيق أهداف هذه الدراسة تم اختيار عينة مكونة من ١٢٩٥طالبا و٧٨٢ طالبة، لا توجد لديهم إعاقة و٩٧ من ضعاف السمع و٢١٦ إعاقة جسمية وأثبتت النتائج: إلى أن الطلبة ذوى الإعاقة لديهم مشكلات في التوافق النفسي والاجتماعي.

– **دراسة "كارا (٢٠١٠م):** (١٦٠) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والتوافق النفسي للأرامل كبار السن، كما أنها هدفت الدراسة إلى معرفة ما إذا كأن التوافق النفسي للأرامل يتأثر بجودة الحياة الزوجية، الفراغ، الصراع، الثقة بالنفس، وشملت عينة الدراسة ١٥٣٢ شخصا متزوجا، تتراوح أعمارهم من ٦٥ إلى كبار السن، أظهرت النتائج: ارتفاع نسبة القلق بين الأرامل اللواتي كن يعتمدن على أزواجهم، أن هناك مستويات اقل من التوافق الحنين للأشخاص الأرامل الذين يتسم علاقاتهم بالخلاف مع أزواجهن، وبينت ارتفعت مستويات القلق لأولئك الذين يتمتعون بتقارب في الحياة الزوجية.

**خطة وإجراءات الدراسة**

**منهج الدراسة:**

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي في تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة.

**مجتمع الدراسة:**

اشتمل مجتمع الدراسة على المعاقين حركيا لمدينة الخارجة من سن ١٦- ٣٥ والمسجلين بجمعية المستقبل للمعاقين حركيا والبالغ عددهم ٨٠ معاقا حركيا، منهم٤٥ الذكور، ٣٥ إناث.

**عينة الدراسة:**

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من المعاقين حركيا في مدينة الخارجة من سن ١٦- ٣٥ وبلغ عددهم ٦٠ معاقا حركيا، عدد٢٠ غير الممارسين للنشاط الرياضي، ٢٠ الممارسين للنشاط الرياضي، كعية اساسية وعدد ١٠ ممارسين وعدد ١٠ غير ممارسين كعينة استطلاعية .

كما بلغ حجم العينة المستخدمة في الدراسة(١٧.١٥٪) من المجتمع الاصلي للبحث ويتضح ذلك من الجدول(١)

**جدول(١)**

**حجم العينة وتوزيع عينة الدراسة(الأساسية والاستطلاعية) ن = (٦٠)**

| العينة | الاساسية | | الاستطلاعية | | النسبة المئوية |
|---|---|---|---|---|---|
| | الممارسين | غير الممارسين | للممارسين | غيرا لممارسين | |
| ٦٠ | ٢٠ | ٢٠ | ١٠ | ١٠ | ١٧.١٥٪ |

جدول (١) يوضح ان النسبة المئوية لعينة الدراسة تبلغ نسبتها ١٧.١٥ % بالنسبة للمجتمع ككل، كما يوضح الجدول تكافؤ اعداد العينة الاساسية والاستطلاعية

**أفراد عينة الدراسة:**

قامت الباحثة بإجراء التجانس للعينة في المتغيرات قيد الدراسة من خلال حساب معامل الالتواء لبعض المتغيرات (الطول- الوزن- العمر الزمني) التي قد يكون لها تأثير علي متغيرات الدراسة، وذلك للتأكد من أن عينة الدراسة الأساسية والاستطلاعية تتوزع اعتداليا في هذه المتغيرات ويظهر ذلك بالجدول.

جدول(٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في المتغيرات (الطول- الوزن- العمر الزمني)

لأفراد العينة قيد الدراسة (ن =٦٠)

| المتغيرات | | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل التفلطح | معامل الالتواء |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| م | الطول | سم | ١٥٩.١٠ | ١٦٠.٠٠ | ٤.٥٥٣ | ٠.٨٣٠ | ٠.٢٢٢ |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | الوزن | كج | ٦٤.٧٠ | ٦٥.٠٠ | ٧.٨٠١ | ٠.١٩٢ | ٠.٥٢٤ |
| | العمر الزمني | السنة | ٢٦.٧٠ | ٢٧.٥٠ | ٥.٢٤٣ | ٠.٣٧٢ | ٠.٤٤٢ |

يتضح من جدول(٢) أن قيم الالتواء في متغيرات الدراسة (العمر – سنوات الخبرة – المؤهل الدراسي) تراوحت ما بين (٠.٢٢٢- ٠.٤٤٢)، وهذا يدل علي أن هناك تجانساً بين أفراد عينة الدراسة حيث إن جميع قيم معامل الالتواء تقع تحت المنحني الاعتدالي والذي تتراوح قيمته ما بين (±٣), مما يدل علي اعتدالية التوزيع التكراري لأفراد العينة .

**أدوات جمع البيانات:**

استخدمت الباحثة أدوات جمع البيانات التالية:

**مقياس التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا (إعداد الباحثة).**

**بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي**

خطوات بناء التوافق النفسي الاجتماعي بمحافظة الوادي الجديد اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

**١- تحديد الهدف من المقياس:**

الهدف الأساسى هو الوصول إلى أداة على درجة عالية من الصدق والثبات تستخدم للتعرف على درجة ومستوى ابعاد التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا بمحافظة الوادي الجديد.

**- تحديد االابعاد المرتبطة بالهدف من المقياس:**

لقد قامت الباحثة بتحديد الابعاد المرتبطة بالهدف من المقياس من خلال عدة خطوات:

أ-تحليل العديد من المراجع التى تناولت التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا، ومن أمثلة تلك المراجع "نجوى ابو بكر" (٢٠١٨م) (٣٤), "نبيل سفيان" (٢٠٠٤م) (٣٣)، إيهاب الببلاوى (٢٠١٠م) (٧)، "عكلة سليمان الحورى"، "كمال عبود العزاوى" (٢٠١٢م) (٣٠)، "روجرز السفاسفة" (٢٠١٠م) (١٩)، "زينت شقير" (٢٠٠٤م) (٢١)، "علا عبدالباقى" (٢٠١٤م) (٣١)

ب- ومن خلال دراسة الأبحاث التي تناولت مقاييس التوافق النفسي والاجتماعي ومن أمثلة ذلك "جمال الدين مزكى" (٢٠١١م) (١١)، "حسين ذهبية" (٢٠١٢م) (١٥)، "حسن عبيد جبر" (٢٠١٥) (١٤)، "سامية بوشاشى" (٢٠١٣م) (٢٢)، "شيماء طلب النجمأوى" (٢٠١١م) (٢٥)، "عايدة صالح"، "عبدالعظيم المصدر" (٢٠١٣م) (٢٧)، "هادية موسى

عبدالجبار" (٢٠١٣م) (٣٦)، "زقوت ومريم أبو دقة" (٢٠١٢م) (٢٠)، "ديلان محمد علي" (٢٠١٩م) (١٨)

ج- **قامت الباحثة** بعمل دراسة مسحية للمقاييس التى تناولت التوافق النفسي الاجتماعي لحصر المحاور الخاصة **وتوصلت الباحثة لوجود المحاور الاتية:**

**جدول(٣)**

**المحاور المتكررة في المقاييس السابقة**

| م | المحاور المتكررة |
|---|---|
| ١ | النفسي |
| ٢ | الرياضي |
| ٣ | الصحي |
| ٤ | الاسري |
| ٥ | الاجتماعي |
| ٦ | الثقافي |
| ٧ | البيئي |
| ٨ | الأمني |

د-قامت الباحثة بإعداد استمارة إستبيان تضمنت (٨) محاور التى تم تكرارها في المقاييس المختلفة للتوافق النفسي الاجتماعي مرفق (٢) وعرض هذه الإستمارة على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الرياضى مرفق (١) لتحديد مدى مناسبة تلك المحاور لما وضعت من أجله، وذلك من خلال المقابلة الشخصية للباحثة مع الخبراء المتخصصين، وقد تم التوصل إلى صياغة محاور المقياس، وفي ضوء بعض الآراء والملاحظات التى أبداها الخبراء وإيجاد النسبة المئوية لأراء الخبراء مرفق (٣) قام للباحث بحذف بعض المحاور التى تقل نسبتها المئوية من (٧٠٪) من خلال رأى الخبراء المتخصصين مرفق (٣) وكانت هذه المحاور (الثقافي - البيئي - الامني) ، وفي ضوء آراء الخبراء المتخصصين أصبحت المحاور المقترحة لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا في جدول(٤).

**جدول (٤)**

**المحاور في صورتها النهائية (ن=١٠)**

| م | المحور | التكرار | النسبة المئوية |
|---|---|---|---|
| ١ | النفسي | ٩ | ٩٠٪ |
| ٢ | الرياضي | ١٠ | ١٠٠٪ |
| ٣ | الصحي | ١٠ | ١٠٠٪ |

| | | | |
|---|---|---|---|
| ٤ | الاسري | ٨ | ٨٠٪ |
| ٥ | الاجتماعي | ٨ | ٨٠٪ |

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء ما بين (٨٠٪ -١٠٠ %) وبذلك تم موافقة الخبراء على تلك المحاور المقترحة لمناسبتها لإجراء المقياس وهذا ما يوضحة جدول (٤).

**٣- صياغة عبارات المقياس وتحديدها:**

أ- في ضوء الفهم والتحليل النظرى لكل محور من محاور المقياس وإستعانة الباحثة بالعبارات التى حصل عليها من الدراسات والبحوث المرجعية صاغت الباحثة عبارات المقياس بما يتناسب مع عينة الدراسة.

ب-تم تحديد عبارات المقياس وتحديد العبارات الخاصة بكل محور تبعاً للنسبة المئوية لكل محور من المحاور.

ج-تم عرض المحاور والعبارات الخاصة بها على الخبراء مرفق (١) وعددها (٤٩) عبارة وذلك لمعرفة.

- مدى حسن الصياغة اللغوية لكل عبارة.
- مدى مناسبة كل عبارة للمحور الذى تنتمى إليه.

د- ومن خلال النسبة المئوية لآراء الخبراء مرفق (١) أمكن حذف(٩) عباره لانخفاض نسبتها المئوية عن (٧٠٪) مرفق (٣) وهذا ما يوضحه.

**جدول (٥)**

**عدد عبارات المقياس في صورتها الأولية والأهمية النسبية لعبارات كل محور(ن=10)**

| م | المحور | العبارات المستبعدة | عدد العبارات | الأهمية النسبية |
|---|---|---|---|---|
| ١ | النفسي | ٢ | ١٠ | ٢٥٪ |
| ٢ | الرياضي | ١ | ٩ | ٢٢.٥٪ |
| ٣ | الصحي | ١ | ٧ | ١٧.٥٪ |
| ٤ | الاسري | ٢ | ٦ | ١٥٪ |
| ٥ | الاجتماعي | ٢ | ٨ | ٢٠٪ |
| | المجموع | ٩ | ٤٠ | ١٠٠٪ |

**٤- اعداد المقياس في صورته المبدئية**

أ- تم إعداد المقياس في صورته المبدئية بعد حذف العبارات وتحديدها وتم إعداد تعليمات المقياس. مرفق (٥)

ويجب مراعاة أن تكون تعليمات المقياس:

١- مناسبة المستوى الثقافي يتناسب مع كافة الفئات.

٢- إلا تكون طويلة تبعث على الملل.

٣- ان تتضـــمن توضـــيح للهدف من المقياس باحتوائها على عبارات تطمئن المعلم أن هدف من عملية القياس هو الدراسة العلمي.

٤- يجب الإشـــارة أنه لا يوجد عبارات صـــحيحة وآخري خاطئة وعدم ترك أي عبارة بدون إجابة، مرفق (٥).

**ب- إعداد مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح المبدئية:**

تحسب درجات المقياس من خلال إسناد قيمة عددية (١,٢,٣,٤) لكل عبارة من عبارات المقياس تحسب بالدرجة كما يلى:

**جدول (٦)**

**مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح للمقياس**

| نوع العبارة | موافق | إلى حد ماء | غير موافق |
|---|---|---|---|
| عبارات إيجابية | ٣ | ٢ | ١ |
| عبارات سلبية | ١ | ٢ | ٣ |

ويمكن تحديد الدرجة العظمى والصغرى للمقياس كالتالي:

الدرجة العظمى = ١٢٠

الدرجة الصغرى=٤٠

بالتالي تكون أعلى درجة للمقياس هي (١٢٠) درجة وأدنى درجة (٤٠) درجة.

كلما ارتفعت الدرجة دل ذلك على ارتفاع مســتوي التوافق النفســي الاجتماعي للمعاقين حركيا .

كلما انخفضت الدرجة دل ذلك على انخفاض مستوي التوافق النفسي الاجتماعي للمعاقين حركيا .

**ج- عينة الدراسة الاستطلاعية:**

تم تحديد عينة الدراســة الاســتطلاعية والتي اشــتملت على مجموعة من المعاقين حركيا في محافظة الوادي الجديد ، وبلغت (٢٠) معاق حركيا من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من مجتمع الدراسة من خارج العينة الأساسية.

**د- تجربة المقياس:**

تم تطبيق المقياس في صـــورته المبدئية مرفق (٥) على عينة الدراســـة الاســـتطلاعية للتعرف على:

١- مدى فهم العبارات.

٢- وضع التعليمات الغرض منها.

٣- طريقة رصد الدرجات.

فيما يلى أهم النتائج التي أسفرت عنها تجربة المقياس:

١- وضوح العبارات وسهولة الإجابة عليها.

٢- سهولة رصد درجات المقياس.

**٥-المعاملات العلمية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:**

قامت الباحثة بتطبيق المقياس في صورته النهائية علي عيتة التقنين وقوامها(٢٠) معاق حركيا من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ومن مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الاساسية للدراسة بهدف التأكد من وضوح وصياغة العبارات ومناسبتها لعينه الدراسة وتم حساب المعاملات العلمية للمقياس(الصدق- الثبات) وقد اسفر هذا الاجراء عن النتائج التالية

**أ-الصدق المحتوي:**

للتأكد من صدق المحتوى قام الباحثة بعرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس وعلم النفس الرياضي قوامها (١٠) خبراء، بحيث لا تقل مدة خبرتهم عن (١٠) سنوات مرفق (١). وقد أسفرت النتائج عن لتفاق هؤلاء الخبراء على عبارات المقياس بنسبة (٧٠٪ - ١٠٠٪) والجدول التالي يوضح ذلك .

**جدول (٧)**

**النسبة المئوية للآراء الخبراء على عبارات المقياس (ن=١٠)**

| م | العبارات | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البعد الأول النفسي | رقم العبارة | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | ٨ | ٩ | ١٠ |
| | التكرار | ١٠ | ٩ | ١٠ | ٩ | ١٠ | ٨ | ٩ | ١٠ | ١٠ | ٩ |
| | النسبة | ١٠٠٪ | ٩٠.٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | ١٠٠٪ | ٨٠٪ | ٩٠٪ | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ |
| البعد الثاني إدارة الرياضي | رقم العبارة | ١١ | ١٢ | ١٣ | ١٤ | ١٥ | ١٦ | ١٧ | ١٨ | ١٩ | |
| | التكرار | ١٠ | ٩ | ٨ | ١٠ | ١٠ | ١٠ | ٩ | ٨ | ٩ | |
| | النسبة | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | ٨٠٪ | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | ٨٠٪ | ٩٠٪ | |
| البعد الثالث الصحي | رقم العبارة | ٢٠ | ٢١ | ٢٢ | ٢٣ | ٢٤ | ٢٥ | ٢٦ | | | |
| | التكرار | ١٠ | ١٠ | ٩ | ٩ | ١٠ | ١٠ | ٩ | | | |
| | النسبة | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | ٩٠٪ | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | | | |
| البعد الرابع الأسرى | رقم العبارة | ٢٧ | ٢٨ | ٢٩ | ٣٠ | ٣١ | ٣٢ | | | | |
| | التكرار | ٩ | ٩ | ٨ | ٩ | ٩ | ١٠ | | | | |

| م | العبارات | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | النسبة | ٩٠٪ | ٩٠٪ | ٨٠٪ | ٩٠٪ | ٩٠٪ | ١٠٠٪ | | | |
| البعد الخامس الاجتماعي | رقم العبارة | ٣٣ | ٣٤ | ٣٥ | ٣٦ | ٣٧ | ٣٨ | ٣٩ | ٤٠ | |
| | التكرار | ١٠ | ١٠ | ٩ | ٩ | ١٠ | ١٠ | ٨ | ٩ | |
| | النسبة | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٩٠٪ | ٩٠٪ | ١٠٠٪ | ١٠٠٪ | ٨٠٪ | ٩٠٪ | |

## ب – صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٢٠) من المعاقين حركا الممارسين غير الممارسين للنشاط الرياضية من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس وللدرجة الكلية للمحور للذي تنتمى إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور وللدرجة الكلية للمقياس، الجداول (٧)، (٨)، (٩) توضح النتيجة على التوالي:

**جدول (٨)**

**معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس**

**والدرجة الكلية للمحور الذى ينتمى إليه (ن = ٢٠)**

| البعد الأول الوعي النفسي | | البعد الثاني الرياضي | | البعد الثالث الصحي | | البعد الرابع الاسري | | البعد الخامس الاجتماعي | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط |
| ١ | ٠.٨٤ | ١ | ٠.٨٣ | ١ | ٠.٨١ | ١ | ٠.٨٦ | ١ | ٠.٧٧ |
| ٢ | ٠.٧٤ | ٢ | ٠.٨٨ | ٢ | ٠.٦٢ | ٢ | ٠.٨٠ | ٢ | ٠.٧٨ |
| ٣ | ٠.٨٧ | ٣ | ٠.٧ | ٣ | ٠.٦٧ | ٣ | ٠.٩٠ | ٣ | ٠.٦٥ |
| ٤ | ٠.٨١ | ٤ | ٠.٨٣ | ٤ | ٠.٨٨ | ٤ | ٠.٨٤ | ٤ | ٠.٥٨ |
| ٥ | ٠.٦٤ | ٥ | ٠.٨٤ | ٥ | ٠.٥٩ | ٥ | ٠.٨٧ | ٥ | ٠.٨٧ |
| ٦ | ٠.٩٦ | ٦ | ٠.٧٨ | ٦ | ٠.٨٥ | ٦ | ٠.٧٥ | ٦ | ٠.٨٩ |
| ٧ | ٠.٨٩ | ٧ | ٠.٨٩ | ٧ | ٠.٧٩ | | | ٧ | ٠.٧٩ |
| ٨ | ٠.٨٨ | ٨ | ٠.٧٧ | | | | | ٨ | ٠.٥٢ |
| ٩ | ٠.٧٧ | ٩ | ٠.٩٢ | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ١٠ | ٠.٨٥ | | | | | | | | | |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٨) ما يلي:

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس وللدرجة الكلية للمحور ما بين (٠.٠.٥٢: ٠.٩٦) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً ما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحاور.

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له (ن= ٢٠)

| رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ١ | ٠.٧٠ | ١١ | ٠.٧٤ | ٢١ | ٠.٨٧ | ٣١ | ٠.٦٨ |
| ٢ | ٠.٧١ | ١٢ | ٠.٨٠ | ٢٢ | ٠.٧٠ | ٣٢ | ٠.٧٦ |
| ٣ | ٠.٧٥ | ١٣ | ٠.٦٦ | ٢٣ | ٠.٧٨ | ٣٣ | ٠.٧٠ |
| ٤ | ٠.٦٨ | ١٤ | ٠.٧٥ | ٢٤ | ٠.٧٠ | ٣٤ | ٠.٧١ |
| ٥ | ٠.٧١ | ١٥ | ٠.٧١ | ٢٥ | ٠.٧١ | ٣٥ | ٠.٨٢ |
| ٦ | ٠.٦٤ | ١٦ | ٠.٦١ | ٢٦ | ٠.٦٨ | ٣٦ | ٠.٨١ |
| ٧ | ٠.٧٦ | ١٧ | ٠.٧٣ | ٢٧ | ٠.٦٤ | ٣٧ | ٠.٥٨ |
| ٨ | ٠.٧٤ | ١٨ | ٠.٦٢ | ٢٨ | ٠.٦٠ | ٣٨ | ٠.٥٢ |
| ٩ | ٠.٦٨ | ١٩ | ٠.٨٢ | ٢٩ | ٠.٧٥ | ٣٩ | ٠.٨٧ |
| ١٠ | ٠.٧٣ | ٢٠ | ٠.٧١ | ٣٠ | ٠.٦٥ | ٤٠ | ٠.٧٧ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٩) ما يلى:

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة عن عبارات المقياس والدرجة الكلية له ما بين (٦٤ : ٠.٨٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (١٠)

معامل الإرتباط بين درجة كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية له (ن= ٢٠)

| رقم العبارة | معامل الإرتباط | رقم العبارة |
|---|---|---|
| ١ | النفسي | ٠.٩١ |
| ٢ | الرياضي | ٠.٨٤ |
| ٣ | الصحي | ٠.٩٥ |
| ٤ | الاسري | ٠.٩٢ |
| ٥ | الاجتماعي | ٠.٩٤ |
| | المجموع | ٠.٨٦ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٥) = ٤٤٤٪

يتضح من الجدول (١٠)

تراوحت معاملات الإرتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية له ما بين (٠.٨٤: ٠.٩٥) وهي معاملات إرتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الإتساق الداخلى للمقياس.

**ب.الثبات:**

**أ- حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار Test – retest:**

لحساب ثبات المقياس قام الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٢٠) المعاقين حركيا لممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية باستخدم طريقة تضيق الاختبار وإعادة تطبيقة Test – Retest تم إعادة التطبيق بفاصل زمنى قدرة (١٥) خمسه عشر يوماً وهذا ما يوضحه جدول رقم (١١).

**جدول (١١)**

**معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للمقياس (ن=٢٠)**

| التطبيق / المحاور | التطبيق الأول | | التطبيق الثاني | | معامل الارتباط (ر) |
|---|---|---|---|---|---|
| | م | ع | م | ع | |
| النفسي | ٢.٥٣ | ٠.٦٤٠ | ٢.٢٧ | ٠.٧٠٤ | ٠.٦٥ |
| الرياضي | ٢.٤٠ | ٠.٧٣٧ | ٢.٣٣ | ٠.٧٢٤ | ٠.٧٨ |
| الصحي | ٢.٢٠ | ٠.٦٧٦ | ٢.٤٠ | ٠.٧٣٧ | ٠.٨٦ |
| الاسري | ٢.٣٣ | ٠.٧٢٤ | ٢.٥٣ | ٠.٦٤٠ | ٠.٨٥ |
| الاجتماعي | ٢.٢٧ | ٠.٧٠٤ | ٢.٤٠ | ٠.٧٣٧ | ٠.٧٨ |
| المقياس ككل | ٣٦.٠٧٧ | ٥.٨٦ | ٣٨.٩٩ | ٨.٤٠ | ٨٨. |

**قيمة (ر) الجدولية غير مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٤٤٤٪**

ويتضح من جدول (١١) ما يلي:

توجد علاقة إيجابية دالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني لمختلف محاور المقياس والمقياس ككل إذ يتراوح معامل الارتباط المحسوب بين (٠.٦٥- ٠.٨٨) هي أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

**ب – حساب الثبات باستخدام معامل الفالكروتياخ:**

لحساب ثبات المقياس استخدم الباحثة معامل الفالكرونباخ على عينة قوامها (٢٠) من معلمي التربية الرياضية من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية ، الجدول التالي (١٢).

**جدول (١٢)**

**معاملات الفا للمقياس (ن = ٢٠)**

| م | المحاور | معامل الارتباط |
|---|---|---|
| ١ | النفسي | ٠.٨٩ |
| ٢ | الرياضي | ٠.٨٧ |
| ٣ | الصحي | ٠.٨٩ |
| ٤ | الاسري | ٠.٧٩ |
| ٥ | الاجتماعي | ٠.٨٤ |
| | الدرجة الكلية | ٠.٩٢ |

تراوحت قيم معاملات الفا للمحاور المقياس بين (٠.٧٩– ٠.٨٤) كما بلغ معلمل الفا للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٢) وهى معاملات دالة إحصائية مما يشير إلى أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

## خطوات الدراسة:

**أ- الدراسة الإستطلاعية:**

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للمقياس المستخدم في جمع البيانات حيث تم تطبيقه على عينة قوامها (٢٠) من المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية وذلك في الفترة من ٢٠١٩/٦/١م حتى ٢٠١٩/٦/٢٠م، وذلك بغرض التعرف على مدى مناسبة المقياس لما وضع من أجله.

**ب- الدراسة الأساسية:**

بعد تحديد العينة واختيار أدوات جمع البيانات وللتأكد من صدق ثباتها قام الباحث بتطبيقها على جميع أفراد العينة للدراسة وكانت فترة التطبيق من ٢٠١٩/٧/٣٠م حتى ٢٠١٩/١٠/٣١م.

## المعالجات الإحصائية للبحث:

تم تفريغ البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق مقاييس (التوافق النفسي الاجتماعي _ مقياس مفهوم الذات) علي العينة الدراسة لإجراء المعالجات الإحصائية والتي يمكن للباحثة من خلالها الوصول إلي نتائج ترتبط بأهداف الدراسة وتحقق فروضة، وهي تتمثل في الاتي:

-المتوسط الحسابي.

-الوسيط.

- الانحراف المعياري.

-معامل الالتواء.

- الوزن النسبي.

- النسبة المئوية.

- معامل الارتباط.

- نسبة التحسن.

- اختبار T- Test لدلالة الفروق.

وقد قامت الباحثة باستخدام برنامج spss لمعالجة البيانات إحصائياً هذا وقد تم تقريب الدرجات إلي أقرب رقمين عشريين.

وقد ارتضت الباحثة بقيمة معنوية جدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥).

## نتائج الدراسة

بعد ان استعرضت الباحثة خطة واجراءات ابحث, تحاول الباحثة الاجابة عن فروض الدراسة وتحقيق اهدافها, وسيتم عرض نتائجها في عدد من الجداول والاشكال التي تم التوصل اليها من خلال معالجتها احصائيا وفقا للقوانين الاحصائية المناسبة في محاولة الاجابة علي الفروض المطروحة في المقدمات النظرية لهذه الدراسة والذي يتجه هدفه نحو :

التعرف علي الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من المعاقين حركيا في كل من مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي والتعرف علي العلاقة بينهم

### نتائج الفرض الاول

بناء مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي من المعاقين حركيا

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بتصميم مقياس التوافق النفسي الاجتماعي وفقا للخطوات السابقة وقد تكون المقياس من خمسة ابعاد (النفسي- الرياضي- الصحي- الاسري- الاجتماعي) على التوالي، وقامت بإجراء المعاملات الاحصائية المناسبة للتأكد من صدق وثبات المقياس وصلاحيته لقياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة الدراسة

## نتائج الفرض الثاني:

## عرض نتائج الفرض الثاني

والذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الممارسين للنشاط الرياضي

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بتحليل نتائج البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق المقياس على عينة اساسية = ٤٠ لكل بعد من ابعاد المقياس وللمقياس ككل.

البعد الاول : التوافق النفسي

**جدول (١٥)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين في البعد الاول(النفسي) (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| المحور الاول: النفسي | الدرجة | ٢٨.٢٠ | ١.٤٧٤ | ١٤.٤٧ | ٢.٢٦٤ | ١٣.٧٣ | ٢٥.٤٩ | ٠,٠٠٥ |

قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٠٥)=١.٦٩٧

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات الممارسين والغير الممارسين في المحور الاول "النفسي ": للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط لرياضي .

## مناقشة البعد الأول:

تستنتج الباحثة من نتائج البيانات السابقة أن النشاط الرياضي قد أثر إيجابيا على التوافق النفسي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بالمقارنة مع أقرانهم غير الممارسين، وهذه النتيجة تتماشى مع عدة دراسات سابقة مثل دراسة عرابي عزيز (٢٠١٦) حيث توصل إلى أن ممارسة الانشطة البدنية الرياضية المكيفة تأثر ايجابيا على البعد النفسي للتوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا .

كما اتفقت هذه النتيجة مع دراسة عمر جبوري (٢٠١١) الذي توصل إلى أن التربية البدنية لها أثر كبير في تنمية التوافق النفسي

أن ممارسة النشاط البدني المكيف كما تتفق ايضا مع دراسة سي الجيلاني مصطفي (٢٠١٧) تؤثر تأثيرا إيجابيا في التوافق النفسي لدى المعاقين الممارسين للنشاط البدني المكيف.

**نتائج البعد الثاني : التوافق الرياضي**

**جدول (١٦)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي في المحور الثاني(الرياضي) (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| المحور الثاني: الرياضي | الدرجة | ٢٤.٦٠ | ١.٨٠٥ | ٩.٤٧ | ١.٣٥٦ | ١٥.١٣٣ | ٢٧.٤٧ | ٠,٠٠٥ |

**قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٥)= ١.٦٩٧**

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات الممارسين والغير الممارسين في المحور الثاني "الرياضي: للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي

## مناقشة نتائج البعد الثاني

تستنتج الباحثة من نتائج البيانات السابقة أن النشاط الرياضي قد أثر إيجابيا على البعد الرياضي للتوافق النفسي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بالمقارنة مع أقرانهم غير الممارسين، وهذه النتيجة تتماشى مع عدة دراسات سابقة مثل دراسة عرابي عزيز (٢٠١٦) مع دراسة عمر جبوري (٢٠١١)، حداد عبدالهادي وغلام ياسين (٢٠١٧) حيث توصلت الدراسات إلى أن ممارسة الانشطة البدنية الرياضية المناسبة للمعاقين حركيا تؤثر ايجابيا على النشاط الرياضي للمعاقين حركيا .

وقد أكد حربي سليم (٢٠٠٨) أن للنشاط البدني الرياضي بصفة عامة والمكيف منه بصفة خاصة دور فعال للنهوض بهذه الفئة من المعاقين في مختلف المجالات حيث تساعده على تحقيق الكفاية البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة جسمه، وتمكنه من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب، لذا فإن ممارسة المعوق حركيا للأنشطة الرياضية يتضمن جوانب عديدة يفوق كونها علاجا بدنيا، وهذا راجع لمساهمتها في استرجاع عنصر الدافعية الذاتية والصبر والرغبة في إكتساب الخبرات الايجابية وإعادة التوازن النفسي وغرس عناصر الإعتماد الثقة بالنفس.

لقد أثبت دراسة كل من **حلمي إبراهيم ولىلى السيد فرحات (٢٠٠٨)** أن تنمية المعاقين حركيا للياقتهم البدنية الشاملة بما يتناسب ونوع الإعاقة ودرجتها يساهم في عودة الجسم إلى قدراته الجسمية على العمل والرفع من كفاءته في مواجهة متطلبات الحياة ،

فالممارسة الرياضية تؤدي إلى زيادة حيوية أجهزة الجسم وتصحيح الإنحرافات القوامية والحد منها ، وعلاج بعض الإنحرافات التي توجد نتيجة للإعاقة حتى تتاح لاجهزة الجسم فرصة العمل على أكمل وجه للمساهمة في تقبل المعاق وتقديره الإيجابي لذاته الجسمية وتحسين نظرته لصورة وحالة جسمه.

**عرض نتائج البعد الثالث (التوافق الصحي)**

**جدول (١٧)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي في المحور الثالث(الصحي) (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| المحور الثالث: الصحي | الدرجة | ١٨.٨٠ | ١.٥٦٨ | ٩.٤٧ | ١.٥٦٨ | ٩.٣٣ | ١٦.٠١ | ٠,٠٠٥ |

**قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٥)=١.٧٢٩**

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي الدرجات في المحور الثالث "الصحي: للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي

**مناقشة نتائج البعد الثالث**

من النتائج السابقة استنتجت الباحثة ان ممارسة النشاط الرياضي قد اثر إيجابيا على التوافق الصحي الجسمي للمعاقين الممارسيين للنشاط الرياضي هذا ما أكده **سعد جلال ٢٠٠٩**

حيث يرى أنه من أفضل الوسائل للإبقاء على الذات والحياة لدى الإنسان وجوب توفر الصحة والعافية والتي بدورها تعد من بين الاهداف السامية المرجوة من الممارسة الرياضية ليحظى الفرد بتقديره الإيجابي لذاتهم والرضا بظروف حياتهم، لأن الوصول بالجسم إلى العافية يقابله الوصول بالفرد لدرجة الرضا على صورة جسمه ثم الرضا عن ذاته ، ومن هنا يدرك المعاقون حركيا حرصهم الدائم على صحة أجسامهم عن طريق ممارستهم للأنشطة البدنية المعدلة ومحاولة جعلها تتمتع بالصحة والعافية (٢٣: ٤٧٧)

**عرض نتائج البعد الرابع**

**جدول (١٨)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي في البعد الرابع (الأسري) (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| المحور الرابع: الأسري | الدرجة | ١٧.٢٧ | ٠.٧٠٣ | ١٠.١٣ | ٣.٠٩١ | ٧.١٣٣ | ٨.٩٥٦ | ٠,٠٠٥ |

**قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٥)=١.٧٢٩**

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات الممارسين والغير الممارسين في المحور الرابع "الأسري: للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي

**مناقشة نتائج البعد الرابع**

من النتائج السابقة استنتجت الباحثة ان ممارسة النشاط الرياضي قد اثر إيجابيا على التوافق الاسري للمعاقين الممارسين للنشاط الرياضي **مقارنة بأقرانهم من غير الممارسين. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من** بن علي عدّة (٢٠١٧)، ضيف الله حبيبة (٢٠١٧) **والذي اكدا** أن النشاط البدني الرياضي يسهم بشكل إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي، الاجتماعي، المدرسي، الأسري، الصحي) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة؛ ذكورا وإناثا الممارسين، مقارنة بغير الممارسين.

**كما توصلت دراسة ابراهيم المخلطي (٢٠١٧) الي** مساهمت الأنشطة الرياضية المعدلة في مساعدة المعاقين وهذا من خلال زيادة التكيف الأسري وزيادة حجم العلاقات الاجتماعية وتحقيق التوافق والراحة النفسية وتحقيق الرضا والتخلص من التوترات والصراعات النفسية وهذا ما يعبر عن سلام داخلي لنفسية المعاق لدى المعاقين حركيا زيادة التوافق النفسي لدى المعاقين حركيا وتعزيز ثقتهم بأنفسهم من خلال ممارسة الأنشطة المكيفة.

**عرض نتائج البعد الخامس**

**جدول (١٩)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي في المحور الخامس (الاجتماعي) (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| المحور الخامس: الاجتماعي | الدرجة | ٢٢.٤٧ | ١.٣٠٢ | ١٤.٢٧ | ٢.١٥٤ | ٨.٢٠٠ | ١٢.٦٣٩ | ٠,٠٠٥ |

**قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٥)=١.٧٢٩**

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات الممارسين والغير الممارسين في المحور الخامس "الاجتماعي: للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط لرياضي

**مناقشة نتائج البعد الخامس :**

من النتائج السابقة استنتجت الباحثة ان ممارسة النشاط الرياضي قد اثر إيجابيا على التوافق الاجتماعي للمعاقين الممارسين للنشاط الرياضي **مقارنة بأقرانهم من غير الممارسين. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من محمد احمد مصطفي عمر (٢٠١٨) والذي توصل الي ان** النشاط البدني والرياضي المكيف دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى المعاقين حركيا. فالنشاط البدني الرياضي يخلق روح التفاهم والتلاؤم بين اللاعبين

**وذكر ادريس العروسي (٢٠١٧)** ان النشاط الرياضي يسعى بمختلف أنواعه ونظمه وقواعده إلى مساعدة الفرد على التوافق السليم مع ذاته ومجتمعه الذي يعيش فيه وذلك عن طريق تزويده بالإمكانات اللازمة لتحقيق هذا التوافق وبقدر ما تتفق العادات والقيم والاتجاهات المكتسبة من ممارسة هذه الأنشطة مع ما يتلقاه الفرد في الأسرة والمجتمع الخارجي بكون نجاحه في تحقيق قدر مناسب من التوافق إذ إنه يعتبر محصلة العوامل النفسية التي تدل على مدي مرونة الفرد في تغير أنماط سلوكه حتى يوائم بين ما يحدث في نفسه من تغيرات مختلفة وبين ظروف البيئة المحيطة به فهو يشتمل على كل ما يقوم به الفرد من نشاط ليوائم بين سلوكه ومع مطالب البيئة التي يعيش في إطارها.(٥: ١٠٥)

**عرض نتائج فرض الدراسة ككل :**

جدول ٢٠ يوضح الفروق بين الممارسين وغبر الممارسين للنشاط الرياضي في المحور (الاجتماعي)

**جدول (٢٠)**

**دلاله الفروق بين متوسطي درجات الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي (ن = ٤٠)**

| المتغير | وحدة القياس | الممارسين (ن= ٢٠) | | غير الممارسين (ن= ٢٠) | | الفرق بين المتوسطات | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | | |
| مقياس التوافق النفسي الاجتماعي | الدرجة | ١٦٥.٧٥ | ٢٢٤.٦٢٦ | ١١٠.٩٠ | ٦.١٢١ | ٥٤.٨٥٠ | ١٠٨٩ | ٠,٠٠٥ |

**قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة (٠.٠٥)=١.٧٢٩**

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق داله إحصائيا بين درجات الممارسين والغير الممارسين في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي: للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلاله (٠.٠٥) ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي

**استنتاجات الدراسة :**

من واقع ما أظهرته نتائج الدراسة التي توصلت إليها الباحثة وفي ضوء معالجتها الإحصائية لهذه البيانات وفي نطاق أهداف الدراسة تمكنت الباحثة أن تستخلص من خلال المناقشة وتفسير النتائج الاستنتاجات التالية :

- ممارسة الانشطة الرياضية للمعاقين حركيا لها اهمية كبيرة في تحسين التوافق الاجتماعي والنفسي لدى هذ الفئة من المجتمع
- توجد فروق في ابعاد التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي، يظهر من خلالها تفوق الممارسين للنشاط الرياضي عن ذويهم في ابعاد التوافق النفسي والاجتماعي المختلفة
- من اهم ابعاد التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي : البعد النفسي، الصحي، الرياضي، الاسرين الاجتماعي

**توصيات الدراسة :**

من خلال نتائج الدراسة توصي الباحثة بما يلي :

- ضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية الخاصة بالمعاقين وتوفير كل الوسائل اللازمة لممارستها
- فتح المجال لجميع المعاقين ومساعدتهم للمشاركة في الأنشطة الرياضية وتنمية رغباتهم وميولهم.
- العمل على حل جميع مشكلات المعاقين مهما كانت وتوفير حاجاته ومتطلباتهم اليومية.
- زيادة الاهتمام بالحاجات النفسية والمعنوية للمعاقين إلى جانب تشجيعهم على ممارسة الأنشطة الرياضية.
- توعية الأولياء والمربين على حث المعاقين بممارسة الأنشطة الرياضية.
- توظيف الإعلام المحلي بطريقة تجعله قادراً على إيصال المفاهيم النفسية والمتعلقة بمهارات التفكير والاتصال والتعاطف وإدارة الذات والعلاقات الاجتماعية إلى الافراد على نحو يسهم في دعم محاولات التقدم نحو الأفضل .
- العمل على تفعيل الاقسام الخاصة في مجال علم النفس لتوجيه الطلبة من الناحية النفسية لضمان استمرار ادائهم نحو الأفضل.
- تشجيع الأفراد المصابين بالإعاقة الحركية المكتسبة على المشاركة الايجابية في الأنشطة الرياضية الترفيهيـــة فهـــي تعلمهم التعاون وتزيد من تقدير الذات لديهم.
- إنشاء المزيد من المنشآت والنوادي الرياضية الخاصة برياضة المعاقين لاستيعاب اكبر عدد من هذه الفئات مع مراعاة أن تكون هذه النوادي قريبة من مقر سكناهم، أ وتوفير مساكن قريبة من هذه المنشآت وذلـــك لخصوصـــية هـــذه العينات.

## المراجع

**المراجع العربية:**


١- **إبراهيم احمد سليمان (٢٠١٧):** مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى التلاميذ المراهقين الموهوبين بالمرحلة الاعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد عدد ٢١: ٥٥٥ – ٥٦٧

٢- **ابراهيم المجلي (٢٠١٧):** دور النشاط الرياضي المكيف في زيادة التكيف الاجتماعي وتحقيق الصحة النفسية للمعاقين حركيا.

٣- **احمد حسين فرحات (٢٠١٢):** الاكتئاب وطرق علاجه، دار الزهراء للنشر.

٤- **احمد عيد مطيع الشخانية (٢٠١٠):** التكيف مع الضغوط النفسية، دراسة ميدانية، علم النفس، الجامعة الأردنية، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٥- **أحمد، محمد مصطفي عمر (٢٠١٨):** التوافق النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط الرياضي، رسالة ماجيستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.

٦- **ادريس العروسي (٢٠١٧):** دور النشاط الرياضي البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا.

٧- **اسامة رياض (٢٠٠٥):** رياضة المعاقين / الاسس العلمية والرياضية، ط، ٣دار الفكر العربي، الاردن.

٨- **إيهاب الببلاوى (٢٠١٠):** الإعاقات البدنية والصحية، الرياضيين، دار الزهراء.

٩- **باهي احمد محمود (٢٠٠٥):** تقويم منهاج التربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة ذهنيا لمرحلة الاعداد المهني بمدارس التربية الفكرية ، رسالة ماجيستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط.

١٠- **بن علي عدّة (٢٠١٧):** النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالتوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة المتوسطة (دراسة ميدانية مسحية مقارنة على التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ببعض متوسطات ولاية تيارت،

١١- **جبوري عمر (٢٠١٦):** تحت عنوان " أثر النشاط البدني على التوافق النفسي لتلاميذ مرحلة الثانوية ، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية ، عدد ١١.

١٢- **جمال الدين مزكى (٢٠١١):** التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي في أواسط طلاب جامعة المدينة العالمية للعوم التربوية.

١٣- **حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠١):** الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط ٣،عالم الكتب، القاهرة.

١٤- **حربي سليم (٢٠٠٨):** ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً دراسة ميدانية لنوادي كرة السلة على الكراسي المتحركة بالجزائر العاصمة ، رسالة ماجيستير جامعة الجزائر ، معهد التربية البدنية والرياضية.

١٥- **حسن عبيد جبر (٢٠١٥):** تشكيل هوية الأنا وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية.

١٦- **حسين ذهبية (٢٠١٢):** قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، رسالة ماجسنير غير منشورة، جامعة الجزائر.

١٧- **حلمي إبراهيم، ليلى السيد فرحات (٢٠٠٨):** التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة١ .

١٨- حنان عبدالحميد العناني (٢٠٠٥): الصحة النفسية . دار الفكر للنشر والتوزيع. ، القاهرة.

١٩- **ديلان محمد علي (٢٠١٩):** التوافق النفسي الاجتماعي لفتاة المعاق حركياً، رسالة ماجيستير، جامعة صلاح الدين ، العراق.

٢٠- **روجرز السفاسفة (٢٠١٠):** أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي، الكويت، مكتبة الفلاح للنش والتوزيع.

٢١- **زقوت ومريم أبو دقة (٢٠١٢):** التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأسيرات الفلسطينية المحررات بقطاع غزة، مجلة الجمعية دراسات التسوية الفلسطينية.

٢٢- **زينت محمود شقير (٢٠٠٤):** مقياس التوافق النفسي لمتحدى الإعاقة، كراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

٢٣- **سامية بوشاشى (٢٠١٣):** السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري، تيزى وزو، الجزائر

٢٤- **سعد جلال (٢٠٠٩):** المرجع في علم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة .

٢٥- **سي الجيلالي مصطفي (٢٠١٧):** أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى المعاقين حركيا، ماجيستير جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم الجزائر.

٢٦- **شيماء طلب النجمأوى (٢٠١١):** الشخصية الاستقلالية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.

٢٧- **ضيف الله حبيبة (٢٠١٧):** دور الرياضة في معالجة بعض المشكلات النفسية المصاحبة للإعاقة الحركية المكتسبة دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي

٢٨- **عايدة صالح، عبدالعظيم (٢٠١٣):** الصلابة النفسية وعلاقتهما بالتوافق النفسي والاجتماعي، مجلة جامعة القدس المفتوحة.

٢٩- **عبدالله الروسأن (٢٠١٠):** التكيف الاجتماعي ومفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات العاب المضرب في مديريات التربية، شمال الأردن، رسالة دكتوراه، الجامعة الأردنية، الأردن.

٣٠- **عرابي عزيز(٢٠١٦):** دور النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة النفسية والاجتماعية لدى فئة المعاقين حركيا، رسالة ماجيستير، غير منشورة، .مستغانم .معهد التربية البدنية والرياضية .الجزائر.

٣١- **عكلة سليمان الحورى، كمال عبود العزاوى (٢٠١٢):** الإعداد النفسي للرياضيين، اربد، دار الكتاب، الأردن.

٣٢- **علا عبدالباقى (٢٠١٤):** الصحة النفسية وتنمية الإنسان، القاهرة، علم الكتب، الاردن

٣٣- **ماجدة محمد عبيد (٢٠٠٨):** التكيف النفسي ، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الاردن.

٣٤- **نبيل سفيان (٢٠٠٤):** المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي. القاهرة: إيتراك للنشر والتوزيع.

٣٥- **فريال خليل سليمان (٢٠١٣م):** مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الذكاء لدى أطفال الرياض، مجلة جامعة دمشق.

٣٦- **نجوى ابو بكر (٢٠١٨):** الاضطرابات السلوكية والوجدانية والتوافق النفسي والاجتماعي، مركز الكتاب الجامعي، الاردن.

٣٧- **هادية موسى عبدالجبار (٢٠١٣):** التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لذوى الإعاقة الحركية بولاية الخرطوم مرحلة الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، مكتبة كلية الآداب.

**المراجع الأجنبية**

38- Carra Deborah,&arther 2010: marital auality and psychological adjustment to wiaowhood among older adults a longitudinal analysis, alnstitute for social researcj ،university of miching an ann aborb, department of health care policy, Harvard medical school ، Cambridge.

39- **Emong,p.&eron,l,2016**: Disability in clasion in higher education inug and a :status and startegies. African journal of disability,5(1),193-266.

40- Gouzman ،j,cohen,m,ben-zur,h,shacham shmueli ،e.،aderka, d,siegelmann- danieli,n,beny,a: 2015: resilience and psychosocial adjustment in digestive systm cancar.

41- **Kelley, W. (2006)**: Psychological adjustment behavior and health. Problems in multiracicalyoung adults, PhD dissertation, university of Maryland, USA

**Sear, M. (2002)** The psychology of interperson sond relation,Penduin Book, London