

## مستوى التوافق النفسي لممارسي حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين في الطور المتوسط (14-15) سنة

دراسة ميدانية على تلاميذ الاقسام النهائية بكل من ولايتي (بلعباس - تلمسان)

الدكتور شنوف خالد: جامعة وهران. <sup>1</sup>

الدكتور لغرور عبد الحميد: جامعة باتنة2. <sup>2</sup>

الدكتور عدة بن علي: جامعة بسكرة. <sup>3</sup>

### ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط، وقد استخدمنا المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة، حيث بلغت عينة الدراسة 120 تلميذ على مستوى ثلاثة متوسطات، التي اختيرت بطريقة قصدية (عمدية) تمثل المجتمع تمثيلا صادقا واستعملنا كأداة للدراسة مقياس التوافق النفسي، واستخدمنا في معالجة البيانات برنامج الحزمة الاحصائية (spss) المطبق في العلوم الانسانية والاجتماعية، وجاءت أهم نتائج الدراسة بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ودرجات أبعاد التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية الرياضية لكلا الجنسين، وأيضا وجود اختلاف في أبعاد التوافق النفسي ومدى تأثيرها على التلميذ بممارسة الرياضة من عدمها، ومن هنا يمكننا القول بأن التوافق النفسي غير ثابت ويتمشى مع نمو التلميذ من مختلف النواحي وأيضا يكون بمستوى عال عند الممارسين مقارنة بغير الممارسين، من حيث الجانب الحس حركي والمعرفي والوجداني.

**الكلمات المفتاحية:** التوافق النفسي، حصة التربية البدنية الرياضية، تلاميذ المرحلة العمرية (14-15) سنة.

### Study summary:

The study aims to know the level of psychological compatibility among the students of the final sections of the intermediate stage, and we used the descriptive approach appropriate to the nature of the study, where the study sample reached 120 students at the level of three averages, which were chosen intentionally (intentionally) representing the community an honest representation and we used as a tool for the study the psychological compatibility scale, In the data processing, we used the statistical package program (spss) applied in the humanities and social sciences, and the most important results of

the study came out that there are statistically significant differences in the level and degrees of dimensions of psychological compatibility between students practicing and non-practicing the education share Physical fitness for both sexes, and also there is a difference in the dimensions of psychological compatibility and the extent of its effect on the student by practicing mathematical or not, and from here we can say that psychological compatibility is not fixed and is consistent with the growth of the student in various aspects and also be at a high level for practitioners compared to non-practitioners, in terms of the aspect Dynamic, cognitive and sentimental sense.

**Key words:** psychological adjustment, physical physical education, pupils (14-15) years.

### 1- مقدمة:

تتضمن الحياة القيام بعمليات توافقية بصفة مستمرة، وبشكل دائم وحالة التوافق هي حالة نسبية ومؤقتة، وبالتالي تغيير سلوك الإنسان وإشباع دوافعه والانسجام مع بيئته والتفاعل مع جميع متغيراتها، وبالتالي التعامل مع الظروف الحياتية المختلفة، وكلما مارس الفرد الرياضة زاد لديه مقدار التوافق النفسي بشكل ملحوظ، حيث ينظر إلى التوافق على أنه " القدرة على النظر إلى النفس بشكل واقعي وموضوعي، ويتقبل نقاط القوة والضعف على حد سواء، والعمل على تنمية قدرات الفرد واستعداداته إلى أقصى حد يمكن الوصول إليه أو تحقيقه ". (القذافي، 1998، ص 112)، ويضيف (الشاذلي، 2001، ص 20) بأن " التوافق النفسي يشمل السعادة مع النفس والثقة بما، والشعور بقيمتها، وإشباع الحاجات، والسلم الداخلي، والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف، والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك، ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية، والتوافق لمطالب النمو في المرحلة المتتالية، وهو ما يحقق الأمن النفسي"، هذا ويسعى التلميذ المراهق في المرحلة إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألفة من مجموعة اجزائه ومكوناته، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة اولشعور بالاستقلال، حيث يشير العلماء إلى أن هذه المرحلة تفاعل وتوحيد اجزائه الشخصية وتنسيق فيما بينها، بعد أن اصبحت الاهداف واضحة والقرارات مستقلة. (القذافي، 1998، ص 356)، من اجل ذلك لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية الجانب النفسي للتلاميذ والتي تعتبر الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضة الموزع خلال العم الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، وتنفيذ حصص التربية البدنية يعتبر أحد واجبات الأستاذ، إذ لكل حصص أغراضها التربوية كما لها

من أغراض بدينية، مهارية ومعرفية، إذ يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية للمؤسسة التربوية، وهي تسعى لتحقيق الاهداف التربوية والتعليمية البالغة، هذا ما يلزمنا على الاعتناء والتفكير بجدية في مضمون الحصة، هذا وتلعب أيضا فالتربية البدنية الرياضية دور رئيسي في المجتمع بكل مؤسساته وأنظمتها ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتلخص في النفسية الاجتماعية للفرد من حيث تنمية شخصيته تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج بهدف تنمية توافقه النفسي، وهذا ما دفعنا لمعرفة مستوى التوافق النفسي لممارسي حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين في الطور المتوسط (14-15) سنة.

## 2- إشكالية الدراسة:

يعرف التوافق النفسي على أنه " عملية ديناميكية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل في سلوكه وفي بيئته ( الطبيعية والاجتماعية) وتقبل ما لا يمكن تعديله فيها، حتى تحدث حالة من التوازن والتوافق وبين البيئة التي تتضمن إشباع معظم حاجاته الداخلية أو مقابلة أغلب متطلباته بيئته الخارجية " (إجلال، 2000، ص157)، أيضا يعرفه (مصطفى، 1987، ص50) بأنه " أن يعيش الفرد في زحمة هذه الحياة عيشة راضية مرضية منتجة في حدود قدراته واستعداداته، اما ان اعجز عن ذلك بالرغم مما يبذله من جهود فهو سيء التوافق ".

ولعل أهم مرحلة كان تحقيق التوافق فيها أمرا ضروريا هي المراهقة نظرا لطبيعتها المعقدة بسبب التغيرات النفسية والفيزيولوجية الطارئة وذلك لحساسيتها وخطورتها بحيث يكون المراهق عرضة للانفعالات العنيفة والأزمات، وكما يعرفها العالم " ستانلي هول " أن " المراهقة عبارة عن مرحلة تغير شديد، أو ميلا جديد مصحوبة بالضرورة بنوع من الشدائد والحن والتوترات وصعوبة في التوافق في كل موقف يوجد فيه المراهق، بالإضافة إلى تأثير طلاق الوالدين على نفسية الفرد". (مجلة الحكمة للدراسات التربوية النفسية، 2017، ص48)، هذا وتلعب المؤسسة هي الاخرى دور هاما في تحقيق التوافق النفسي عند المراهق في مرحلة تحديد المستقبل حيث تؤثر عليه من خلال اسلوب تفاعله وتعامله مع العناصر التربوية من معلمين ورفاق الصف والطاقت التربوي بأكمله حيث تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد الاسرة أين يقضي المراهق جل وقته فيما يتلقى أنواع المعرفة والتربية والتعليم ". (مجلة الحكمة للدراسات التربوية النفسية، 2017، ص49)، بالإضافة إلى ما يميز عالمنا اليوم أيضا هو تنوع وتعدد الأنشطة، فلم تعد الرياضة تمارس في النوادي والملاعب فحسب

بل في المدارس أيضا، ابتداء من سن مبكر لكون أن لها صلة متينة بالقوة والجمال النفسي والجسماني، فهي تعتبر من أئمن الفرص التي ترفع من مستوى التلميذ جسميا عقليا ونفسيا وهذا ما يعرف التربية البدنية والرياضية التي تولي الجسم عناية كبيرة وتوضح أهمية رعاية الجسم والعقل والنفس ومن أهم الأسباب التي جعلت علماء التربية في ميدان التربية الحديثة يولون أهمية العناية بصحة الجسم ووقاية أجهزته ووظائفها تؤثر في سعادة التلميذ وسعادة المجتمع وعن طريق التربية البدنية نصل إلى تحقيق التوافق النفسي والنمو الاجتماعي والعقلي بطريقة صحيحة وهي ذلك لانتقل عن مجالات التربية الأخرى، إضافة إلى ماتم ذكره برزت بعض النظريات المفسرة للتوافق مثل (النظرية البيولوجية، نظرية التحليل النفسي، النظرية السلوكية، نظرية علم النفس الانساني) إضافة إلى بعض الدراسات السابقة والمشاهدة التي أجريت في البنية المحلية التي اهتمت بالجانب النفسي للتلميذ في هذه المرحلة وخاصة التوافق النفسي عنده ودور النشاط الرياضي في تحقيقه كدراسة (جعير سليمة، 2017) و(عبد الرزاق فايد، 2016) وأخرى عربية كدراسة (رشا عبد الرحمن محمود والي، 2011) وغيرها من الدراسات، بالإضافة الى بعض المراجع والمصادر العلمية ورغبة منا في معرفة الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم المتوسط ارتأينا إلى بلورة مشكلة الدراسة في التساؤل العام التالي:

ما مستوى التوافق النفسي لممارسي حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين

لدى تلاميذ الاقسام النهائية من مرحلة التعليم المتوسط بعمر (14-15) سنة؟

## 2-1- التساؤلات الفرعية:

2-1-1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ

الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس؟

2-1-2- أي بعد من أبعاد التوافق النفسي يحتل صدارة الأبعاد في هذه الدراسة؟

## 3- أهداف الدراسة:

3-1- معرفة مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية

والرياضية.

3-2- معرف أي بعد من أبعاد التوافق النفسي يتصدر قائمة الأبعاد النفسية.

## 4- فرضيات الدراسة:

4-1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

4-2- يرجح أن يتصدر بعد الإحساس بالقيمة الذاتية أبعاد التوافق النفسي عند التلاميذ.

#### 5- تحديد المصطلحات:

5-1- **التعريف الاصطلاحي للتوافق النفسي:** يطرح علماء النفس مفهوم التوافق النفسي على أنه توافق الفرد مع ذاته وتوافق مع الوسط المحيط به، وكل المستويين لا ينفصل عن الآخر وإنما يؤثر فيه ويتأثر به، فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق اجتماعيا ويضيف علماء النفس بقولهم أن التوافق الذاتي هي قدرة الفرد على التوافق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصاعدة مع هذه الدوافع بحيث لا يكون هناك صراع داخلي (ابودلو، 2009، ص228).

5-1-1- **التعريف الإجرائي:** مصطلح قريب من مفهوم التكيف، ويعني قدرة المتعلم على التفاعل والمشاركة الصحيحة مع الزملاء خلال مختلف النشاطات.

5-2- **التعريف الاصطلاحي لحصة التربية البدنية والرياضية:** هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الاستاذ أن يمارسها تلاميذ المدرسة وأين يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وتعليم غير مباشر". (شلتوت، عوض، 1982، ص 102)

5-2-1- **التعريف الإجرائي:** هي مادة أكاديمية تربوية معتمدة في المؤسسات التربوية تتجسد في مختلف الأنشطة البدنية الرياضية يمارسها المتعلم خلال الوقت المحدد للحصة (2سا)، تحت إشراف أستاذ التربية البدنية الرياضية.

5-3- **التعريف الاصطلاحي لتلاميذ المرحلة العمرية (14-15) سنة:** يعرفها "سعد جلال" بأنها " تلك الفترة الزمنية في مجرى حياة الفرد تتميز بالتغيرات الجسمية والفيزيولوجية التي تتم تحت ضغوط اجتماعية معيّنة تجعل لهذه المرحلة مظاهرها النفسية المتميزة وتساعد الظروف الثقافية على تميز هذه المرحلة. (الزعي، 2001، ص219)

5-3-1- **التعريف الإجرائي:** هي فترة نمو فجائي يشهد خلالها الفرد العديد من التغيرات الجسمية، الانفعالية وكذا الاجتماعية وقد تمثلت في دراستنا الحالية في تلاميذ السنة النهائية للطور

المتوسط من ذكور وإناث، ويكون خلالها التلميذ يزاول دراسة في القسم النهائي من التعليم المتوسط.

**6- الدراسات السابقة والمشابهة:** عناوين بعض الدراسات السابقة والمشابهة في البيئة المحلية والعربية.

### 6-1- الدراسات المحلية:

\* دراسة جعير سليم (2016/2017) بعنوان " التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للابحاز لدى تلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط".

\* دراسة بن حديد يوسف، بوترية مصطفى، نمرود بشير (2015/2016) بعنوان " فعالية كرة اليد في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط للفة العمرية (14-15) سنة".

\* دراسة عبد الرزاق فايد (2014/2015) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الاساسية في كرة اليد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية".

\* دراسة قوادري ابراهيم (2010/2011) بعنوان " دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق كلى البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي".

\* دراسة مخلفي رضاء (2008/2009) بعنوان " اهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة".

### 6-2- الدراسات العربية:

\* دراسة رشا عبد الرحمن محمود والي (2006/2007) بعنوان " برنامج الالعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية".

### 6-3- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

بعض إجراء قراءة مفصلة للدراسات السابقة والمشابهة المذكور أعلاه تبين أن كل الأنشطة التي اعتمدها الباحثون لها أثر في تحقيق التوافق النفسي أين كانت عينة الدراسات اختلفت بين تلاميذ التعليم المتوسط والثانوي ما بين (12-15) سنة، أما منهج البحث اختلف بين منهج وصفي ارتباطي وتحليلي ومقارن، أما أدوات الدراسة، فاعتمدت على مقياس التوافق النفسي وآخر للتوافق الاجتماعي وغيرها، واختلف المجال الزمني والمكاني لها بين دراسات محلية وأخرى عربية أما المجال الزمني كانت ما بين (2007 الى 2017)، واعتمد على حزم احصائية في معالجة البيانات،

وتوصلت في الاخير إلى وجود فروق دالة احصائيا لمتغيرات الدراسة بمعنى للأنشطة الممارسة وحصصة التربية البدنية أثر في تحقيق التوافق النفسي للتلاميذ.

#### 7- الإجراءات الميدانية للدراسة:

7-1- مجتمع وعينة الدراسة: تجسد مجتمع الدراسة في تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط لولاية سيدي بلعباس وولاية تلمسان للسنة الدراسية 2018 / 2019 حيث بلغ عدد الممارسين والغير ممارسين بين الذكور والاناث ب (580 فرد)، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية (العمدية) والمقدرة ب (120 فرد) وكلهم من تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط (ذكور وإناث) سواء ممارسين أو غير ممارسين، حيث بلغت 45 تلميذ ممارس و48 تلميذة ممارسة أما بالنسبة للتلاميذ الغير ممارسين فقد بلغت 8 والتلميذات الغير ممارسين التي بلغت 19 إذ يمثل أفراد عينة الدراسة ما نسبته 20.68% من المجتمع الأصلي، والجدول الموالي يوضح توزيع أفراد العينة بالتفصيل:

جدول (1) يمثل توزيع أفراد العينة المدروسة حسب متغيرات (الجنس، ممارس للحصة، غير ممارس للحصة)

إناث		ذكور		الجنس
الغير ممارسات	الممارسات	الغير ممارسين	الممارسين	الممارسة الرياضية
9	12	3	15	متوسطة سرحواني بن عثمان
6	14	4	20	متوسط، شيخ بوحفص
5	14	3	15	متوسطة بن حمو محمد
20	40	10	50	العدد الإجمالي

7-1-1- حساب التجانس : وذلك لمعرفة تجانس عينة الذكور الممارسين وغير الممارسين وكذلك بالنسبة للإناث، أي تحديد معادلة "ستودنت" التي تتناسب مع عينة الدراسة.

جدول (2): يبين قيم تجانس أفراد عينة الدراسة.

التجانس الجنس	الذكور الممارسين وغير الممارسين	الإناث الممارسات وغير الممارسات
ت. المحسوبة	2.85	2.04
ت. الجدولية	2.90	2.15

يظهر من خلال الجدول رقم (02) أن "ت" المحسوبة للذكور الممارسين وغير الممارسين أصغر من "ت" الجدولية أي أن الفرق بين المجموعتين غير دال حيث يوجد تجانس، (العينتين متجانستان غير متساويتان)، كذلك بالنسبة للإناث الممارسات وغير الممارسات نلاحظ أن "ت" المحسوبة أصغر من "ت" الجدولية أي أن الفرق غير دال حيث يوجد تجانس، ( العينتين متجانستان غير متساويتان).

**7-2-2- المنهج العلمي المتبع:** يستخدم الباحث المنهج الملائم للدراسة والذي يساهم في توضيح البيانات وكذا اعطاء دلالة للمشكلة، ومن هذا الأساس فقد اعتمدنا في هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي.

### 7-3-3- مجالات الدراسة:

**7-3-1- المجال البشري :** تمت الدراسة على تلاميذ السنة النهائية للطور المتوسط الممارسين وذلك غير الممارسين الذي بلغ عددهم 120 من كلا الجنسين الذكور والإناث.

**7-3-2- المجال الزمني :** بدأ العمل على موضوع البحث هذا انطلاقا من يوم 10 جانفي 2019. وهذا إلى غاية تاريخ 5 فيفري 2019.

**7-3-3- المجال المكاني :** تم إجراء هذا البحث في ثلاثة متوسطات على مستوى ولايتين سيدي بلعباس وتلمسان وهي كالاتي : متوسطة سرحاوي بن عثمان، بلدية بئر الحمام، دائرة مرحوم، ولاية سيدي بلعباس، متوسطة شيخ بوحفص ، بلدية مرحوم دائرة مرحوم، ولاية سيدي بلعباس، متوسطة بن هو محمد، دائرة سبدو، ولاية تلمسان.

**7-4- أدوات الدراسة:** تم الاعتماد في الدراسة الحالية على مقياس التوافق النفسي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود ولي" لسنة 2007 ( مخلفي، 2008، ص154)، والذي

يحتوي على ستة أبعاد حيث يقوم على أساس الشعور بالأمن الذاتي أو الشخصي وهو يتضمن الأبعاد التالية: (المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الاعتماد على النفس، تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد، خلو المراهق من الأمراض العصبية لحالة الصحية، الحالة الانفعالية).

**7-5- الخصائص السيكومترية للمقياس:** قمنا بدراسة استطلاعية تهدف إلى حساب الخصائص السيكومترية والمتمثلة في ثبات وصدق عبارات المقياس وأيضاً موضوعيته حسب مايلي:

**7-5-1- الثبات:** استخدمنا إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على (10) تلاميذ، بحيث يهدف إلى تحديد نسبة وقيمة العوامل المؤقتة في الاختبار، وعلى أساس هذه الطريقة قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره 12 يوم مع تثبيت كل المتغيرات ( نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت).

### جدول (3): يبين معامل الثبات لاختبار التوافق النفسي

المقياس	البعد	العينة	درجة الحرية	معامل الثبات	مستوى الدلالة	" ر " الجدولية
التوافق النفسي	المهارات الشخصية	10	09	0.64	0.05	0.60
	الإحساس بقيمة الذات			0.66		
	الاعتماد على النفس			0.67		
	التحرر من الميل إلى الانفراد			0.77		
	الحالة الصحية			0.78		
	الحالة الانفعالية			0.70		
	البعد الكلي			0.77		

يتبين من خلال الجدول المبين أعلاه أن قيم معامل الارتباط لمقياس التوافق النفسي محصورة بين (0.64 و 0.78) وبالرجوع إلى جدول دلالات الارتباط البسيط " لبيرسون"، لمعرفة ثبات الاختبار عند مستوى الدلالة (0.05)، نجد أن مقياس التوافق النفسي يتميز بدرجة ثبات عالية.

**7-5-2- الصدق:** للتأكد من صدق المقياس استخدمنا الصدق الذاتي الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار، والنتائج مبينة في الجدول رقم (04):

## جدول (4): يبين معامل الصدق لاختبار التوافق النفسي

المقياس	البعد	معامل الصدق
التوافق النفسي	المهارات الشخصية	0.78
	الإحساس بقيمة الذات	0.81
	الاعتماد على النفس	0.81
	التحرر من الميل إلى الانفراد	0.86
	الحالة الصحية	0.83
	الحالة الانفعالية	0.85
	البعد الكلي	0.86

من خلال نتائج الجدول رقم (4) يتبين أن اختبار التوافق النفسي يتميز بدرجة عالية من الصدق، وذلك بحساب الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، حيث كان معامل الصدق محصورة ما بين (0.78، 0.86).

**7-5-3- الموضوعية:** يعتبر الاختبار أو المقياس موضوعياً إذا كان يعطي نفس الدرجة، وبما أن مقياس التوافق النفسي للباحثة "رشا عبد الرحمن حديث سنة 2007"، ونظراً لاستخدامه من في البيئة الحالية من طرف عدة باحثين كمثال دراسة (مخلفي رضاء، 2008)، لذلك فهو يتصف بالموضوعية.

**8- الوسائل الإحصائية:** من أجل الوصول إلى نتائج أكثر دقة ولأننا اخترنا مجموعتين في البحث الممارسين وغير الممارسين من الذكور والإناث فقد استخدمنا الحزمة الإحصائية المطبقة في العلوم الانسانية والاجتماعية (spss).

**9- عرض وتحليل نتائج الدراسة:**

**9-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى الموسومة بـ " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس ولصالح الإناث".**

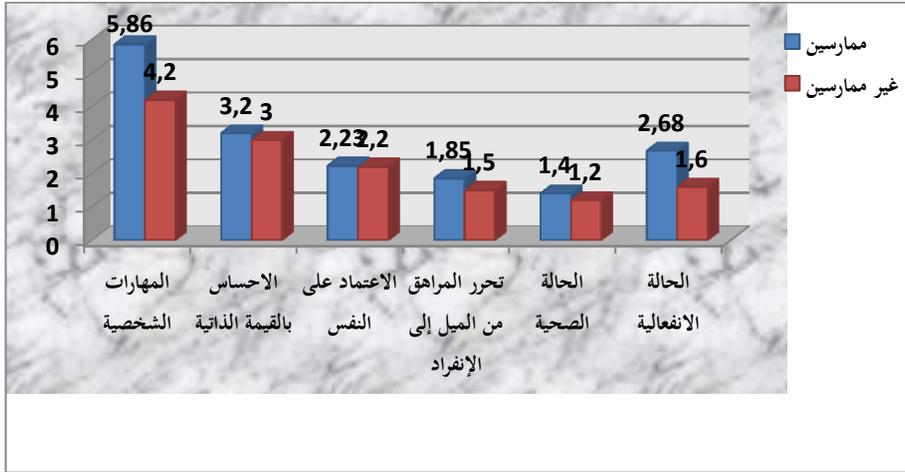
جدول(5): يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" المحسوبة حسب الجنس ونوع الممارسة.

الدلالة الاحصائية	"ت" المحسوبة	الاناث		"ت" المحسوبة	الذكور		العينة البعـد	
		الغير ممارسات	ممارسات		الغير ممارسين	ممارسين	م-ح	ن-ع
دال احصائيا	20.09	4.8	5.6	9.92	4.2	5.86	م-ح	المهارات
		0.12	0.08		0.43	0.19	ن-ع	الشخصية
دال احصائيا	19.41	2.40	3.28	9.98	3.00	3.20	م-ح	الإحساس
		0.041	0.036		0.03 7	0.01 8	ن-ع	بالقيمة الذاتية
دال احصائيا	2.02	1.70	2.14	10.03	2.20	2.23	م-ح	الاعتماد
		0.044	0.031		0.03 7	0.01 6	ن-ع	على النفـس
دال احصائيا	2.05	2.26	2.38	10.11	1.60	1.85	م-ح	تحرر
		0.044	0.031		0.03 7	0.01 6	ن-ع	المراهق من الميل للانفراد
دال احصائيا	19.65	2.20	2.40	10.40	1.20	1.40	م-ح	الحالة
		0.090	0.068		0.16	0.05 9	ن-ع	الصحية
دال احصائيا	19.79	2.80	2.94	9.87	1.60	2.68	م-ح	الحالة
		0.066	0.044		0.36	0.18 5	ن-ع	الانفعالية

ت. الجدولية (1.67) / مستوى الدلالة: 0.05

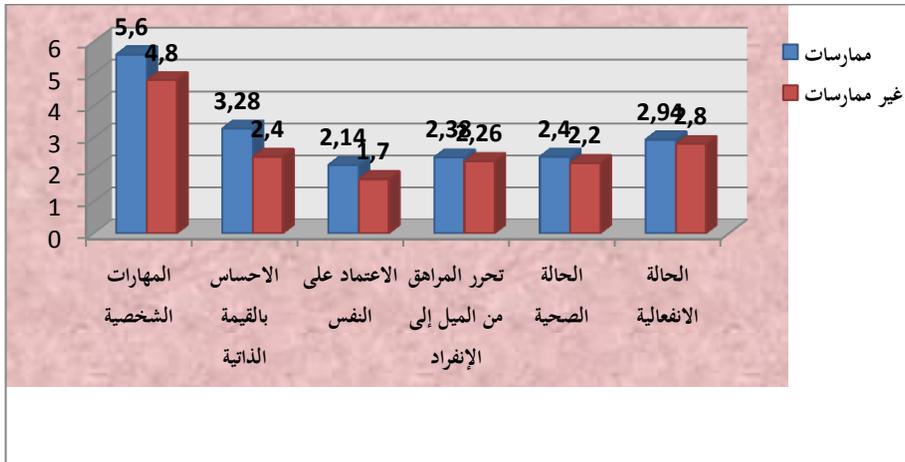
يتضح من خلال الجدول (5) أعلاه ما يلي: كانت قيمة "ت" المحسوبة أكبر عند الذكور في بعد (الاعتماد على النفس، التحرر من الميل الى الانفراد) مقارنة بالإناث اللواتي كانت قيمة "ت" المحسوبة عندهن أكبر في كل من بعد (المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية الحالة الصحية، الحالة الانفعالية) مقارنة به عند الذكور، وهي كلها قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي

بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في أبعاد مقياس التوافق النفسي ولصالح الممارسات.



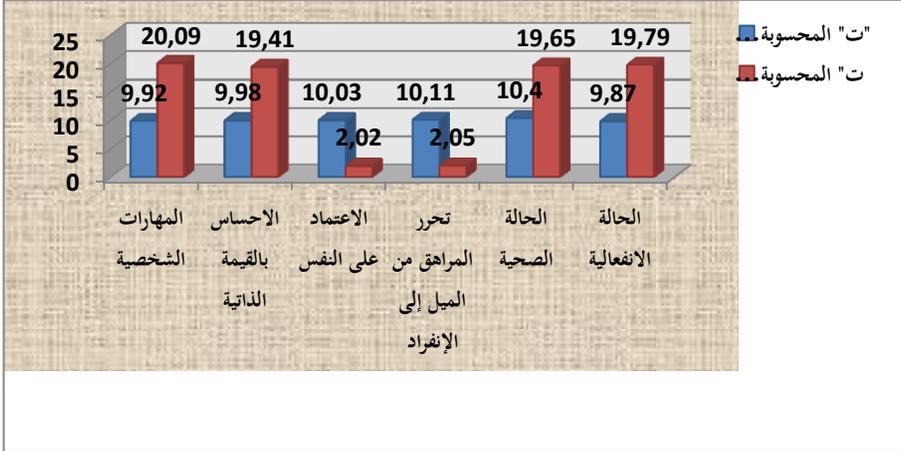
الشكل (1): يبيّن المتوسطات الحسابية لكل من فئة الممارسين والغير ممارسين.

يتضح من الشكل (1): أن الذكور الممارسين تفوقوا على الذكور الغير ممارسين في جميع أبعاد التوافق النفسي وذلك من خلال قيم المتوسطات الحسابية الظاهرة في المدرجات التكرارية وكانت أكبر قيمة للمتوسط الحسابي في بعد المهارات الشخصية عند الممارسين أين بلغت قيمته (5.86).



الشكل (2): يبيّن المتوسطات الحسابية لكل من فئة الممارسات والغير ممارسات.

يتضح من الشكل (2): أن الإناث الممارسات تفوقن على الإناث الغير ممارسات في جميع أبعاد التوافق النفسي وذلك من خلال قيم المتوسطات الحسابية الظاهرة في المدرجات التكرارية وكانت أكبر قيمة للمتوسط الحسابي في بعد المهارات الشخصية عند الممارسين أين بلغت قيمته (5.60).



الشكل (3): يبين قيمة "ت" المحسوبة لكل من الذكور والإناث في أبعاد المقياس.

يتضح من الشكل (3): أن الإناث تفوقن على الذكور في بعض الأبعاد ( المهارات الشخصية، الاحساس بالقيمة الذاتية، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، مقارنة بالذكور الذين تفوقوا على الإناث في بعدي (الاعتماد على النفس، الميل الى التحرر من الانفراد) وذلك من خلال قيم "ت" المحسوبة الظاهرة في المدرجات التكرارية وكانت أكبر قيمة ل"ت" المحسوبة في بعد المهارات الشخصية عند الممارسين أين بلغت قيمته (20.09) ولصالح الإناث.

9-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية الموسومة بـ " يرحح أن يتصدر بعد الإحساس بالقيمة الذاتية أبعاد التوافق النفسي عند التلاميذ " .

الجدول (6): يبين الفروق بين المتوسطات الحسابية و ترتيب كل بعد من أبعاد التوافق النفسي

الترتيب	المجموع	المتوسط الحسابي لكلا الجنسين		ابعاد التوافق النفسي
		الممارسين (ذ+!)	الغير ممارسين (ذ+!)	الممارسة الرياضية
2	5.11	4.50	5.73	بعد المهارات الشخصية
1	5.94	2.70	3.24	بعد الاحساس بالقيمة الذاتية
5	2.0675	1.95	2.185	بعد الاعتماد على النفس
3	4.045	1.93	2.115	بعد التحرر من الميل الى الانفراد
6	1.80	1.70	1.95	بعد الحالة الصحية
4	3.91	2.2	5.62	بعد الحالة الانفعالية



الشكل (4): مدرجات تكرارية توضح البعد الذي يتصدر قائمة أبعاد التوافق النفسي.

نلاحظ من خلال الجدول (6) والشكل (4) اعلاه أن ترتيب أبعاد التوافق النفسي يختلف وذلك حسب إجابات التلاميذ حيث نلاحظ جاء بعد الإحساس بالقيمة الذاتية في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (5.94) اما المرتبة الثانية فكانت لبعده المهارات الشخصية بمتوسط حسابي (5.11)، أما المرتبة الثالثة فاحتلها بعد التحرر من الميل الى الانفراد بمتوسط حسابي قدره (4.045)، وبالنسبة لبعده الحالة الانفعالية فاحتل المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (3.91)، والمرتبة الخامسة كانت لبعده الاعتماد على النفس بمتوسط حسابي (2.0675)، أما المرتبة السادسة والأخيرة كانت لبعده الحالة الصحية بمتوسط حسابي قدره (1.80)، ما يدل على وجود اختلاف في كل بعد من أبعاد التوافق النفسي.

#### 10- مناقشة نتائج الدراسة:

10-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى الموسومة بـ " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس ولصالح الإناث"، بعد عرض النتائج المتعلقة بأبعاد التوافق النفسي والتي تدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير ممارسين وأيضاً الممارسات وغير ممارسات في كل أبعاد التوافق النفسي حيث تبين أن قيمة "ت" المحسوبة عند الإناث في أربعة أبعاد هي (المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الحالة الصحية، الحالة النفسية) أكبر منها عند الذكور إلا أن الذكور كانت قيمة "ت" المحسوبة في بعدي ( الاعتماد على النفس، التحرر من الميل الى الانفراد) أكبر منها عند الإناث وتعزى هذ النتائج إلى ان المراهق ففي هذه المرحلة توجد بعض العوامل التي من الممكن أن تؤثر في توافقه النفسي وهي " عوامل ترتبط بذاته ( المحيط الداخلي للمراهق)، وتمثل في جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع وقيم وميول وعواطف وانفعالات... إلخ، التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي". (فايز، 1984، ص25)، ومن بين العوامل أيضاً عامل المدرسة والمحيط حيث "أن كل إنسان يعيش في مجتمع تحدث داخل إطاره عمليات تأثير وتأثر متبادلة تتم بين أفراد هذا المجتمع ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والتقاليد والعادات والقيم التي يخضعون لها، وصولاً إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسياً واجتماعياً". (مصطفى، 1987، ص15)، هذا وتعزى هذه النتائج أيضاً إلى ما أقرته بعض النظريات المفسرة للتوافق النفسي كنظرية التحليل النفسي التي جاء به "فرويد" حيث يعتبر " ان عملية التوافق لاشعورية،

أي أن معظم الأفراد لا يدركون الأساليب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم". (صالح، 1999، ص86) وفي عملية التوافق لكي يصل إلى تفكير صائب ينبغي على الإنسان ان يحس بالفكرة أو الموقف ثم يدركه ليحس به ومن ثم يفكر في حل ناجح ( سلوك متوافق)، أما التوافق غي السوي فقد رجحه " أدلر" إلى الشعور بالنقص واعتبر الكفاح من أجل التفوق هو حجر الزاوية للتوافق مع البيئة" (وهيب، 2002، ص215)، أي أن الإنسان " لكي يصل إلى توافق سليم ينبغي أن يكافح ليتخطى كل العقبات التي تواجهه، وأن لا يدع الشعور بالنقص يسيطر عليه فيقوده إلى سوء التوافق وبالتالي الفشل، وقد لخص "أريكسون" خصائص الشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية كالآتي: الثقة بالنفس، الاستقلالية، التوجه نحو الهدف، التنافس، الاحساس لواضح بالهوية- القدرة على الألفة أو الحب". (مدحت، 1990، ص87)، أما نظرية الترويج التي جاء بها (غوتسماتس) والدور الذي لعبه في تطوير الرياضة اعلمية عامة والألمانية خاصة أن أثناء انشغاله بالتدريس بمعهد "شنتال" بألمانيا أين قدم أنشطة مماثلة لما قدمه "بيسادو" في مدرسة حب الانسانية بالإضافة إلى أفكار جديدة للأجهزة الرياضية". (الحوالي، 1996، ص278)، حيث تنطلق هذه النظرية من مبدأ اللعب مصدرا أساسيا لتفريغ الشحنات الزائدة، ومن خلال هذا التفريغ يكتسب التلميذ الهدوء والراحة النفسية، لأن ممارسة هذا اللعب قائمة على أساس القناعة، ومنه تكون الممارسة المصحوبة بالتمتع والرغبة، وانطلاقا من هذا يتكون لدى التلميذ توافق حسن مقارنة مع من يمارس نشاطا ما مرغما عليه أو لا يمارس، هذا الهدوء والراحة النفسية تنعكس على تعامل التلميذ في الوسط الذي يعيش فيه بنوع من التفاهم والتعاون والامتنان لرأي الجماعة على حساب رأيه الخاص، ولتأكيد أهمية ودور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي للمراهق جاء النظرية البيولوجية التي ترتبط بالحالة الجسمية للفرد، فالصحة الجسمية السليمة تؤدي إلى توافق سليم، وجميع أكال الفشل في التوافق ناتجة عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة الدماغ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها من خلال الحياة عن طريق الإصابات أو العدوى أو الخلل الهرموني...، وبذلك فالمبدأ الأساسي لهذه النظرية هو النظرة البيولوجية لسلوك الانسان لأنها تعتبر أن المخ هو مركز السيطرة، فيكون سوء التوافق ناتج عن خلل يصيب الدماغ، وترجع الجهود الأولى لهذه النظرية على كل من " داروين - مندل - كالمان"، هذا واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة والمشابهة في التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متغيرات الدراسة كدراسة جعير سليم (2016/2017) بعنوان " التوافق النفسي

الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للانجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط"، ودراسة بن حديد يوسف، بوترية مصطفى، نمرود بشير(2016/2015) بعنوان " فعالية كرة اليد في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط للفة العمرية (14-15) سنة"، بالإضافة إلى دراسة عبد الرزاق فايد (2015/2014) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الاساسية في كرة اليد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية"، التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للتربية البدنية والنشاط الرياضي وذلك في مختلف أبعاد مقياس التوافق النفسي، مما يدل على تحقق الفرضية الجزئية الأولى.

**10-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية الموسومة بـ " يرحح أن يتصدر بعد الإحساس بالقيمة الذاتية أبعاد التوافق النفسي عند التلاميذ "**، تعزى هذه النتائج الى الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية من تنمية الجانب النفسي للتلميذ وتجعله يثبت نفسه ميدانيا ويحس بذاته، ويلعب الجنس دورا هاما في عملية التوافق النفسي، وكانت الفروق بين ما تحصل عليه الذكور وما تحصل عليه الاناث تصدر بعد الإحساس بالقيمة الذاتية مقارنة المرتبة الاولى في جميع أبعاد مقياس التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط، وربما ترجع إلى الاناث أكثر توافقا في محيطهن الأسري والاجتماعي والمؤسسة التربوية، لأنهن بطبعهن يملن إلى التواجد بالمنزل عكس الذكور ونفسيتهن مرهفة أكثر منه عد الذكور، هذا واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات فيما يخص احتلال بعد الإحساس بالقيمة الذاتية لأبعاد التوافق النفسي ومنها دراسة قوادري ابراهيم (2011/2010) بعنوان " دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق كلى البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي"، دراسة مخلفي رضاء (2009/2008) بعنوان " اهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة"، وأخيرا دراسة رشا عبد الرحمن محمود والي (2007/2006) بعنوان " برنامج الالعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، مما يدل على تحقق الفرضية الجزئية الثانية ومنه تحقق الفرضية العامة للدراسة.

## 11- خلاصة:

- انطلاقاً مما تم تقديمه من عرض نظري وتطبيقي لهذه الدراسة استخلصنا ما يلي:
- \* الذكور الممارسين تفوقوا على الذكور الغير ممارسين في جميع أبعاد التوافق النفسي واحتل بعد المهارات الشخصية المرتبة الاولى.
  - \* الاناث الممارسات تفوقوا على الاناث الغير ممارسات في جميع أبعاد التوافق النفسي واحتل بعد المهارات الشخصية المرتبة الاولى.
  - \* الاناث تفوقن على الذكور في بعض الابعاد ( المهارات الشخصية، الاحساس بالقيمة الذاتية، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، مقارنة بالذكور الذين تفوقوا على الاناث في بعدي (الاعتماد على النفس، الميل الى التحرر من الانفراد) وكانت بعد المهارات الشخصية عند الممارسين أين بلغت قيمته (20.09) ولصالح الاناث.
  - \* توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس ولصالح الإناث.
  - \* تصدر بعد الإحساس بالقيمة الذاتية أبعاد التوافق النفسي عند التلاميذ.
  - \* يتمتع تلاميذ التعليم المتوسط (14-15) سنة بمستوى جيد من التوافق النفسي بين ممارسي حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين.

## 12-قائمة المراجع:

## 12-1- الكتب:

- 1- اجلال يسرى.(2000). أصول علم النفس، ط3، القاهرة، المعارف.
- 2- احمد محمد الزعبي.(2001).علم نفس نمو الطفولة والمراهقة الأسس النظرية، المشكلات وسبل معالجتها، عمان، دار الزهران.
- 3- جمال ابودلو.(2009).الصحة النفسية، ط1، الأردن، دار اسامة للنشر والتوزيع.
- 4- الشاذلي عبد الحميد.(2001).الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، الاسكندرية، مكتبة العلمية للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- 5- شلتوت حسن، معوض حسن.(1982). التنظيم الادراي في التربية الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 6- القذافي رمضان محمد (1998). الصحة النفسية والتوافق، القاهرة، المكتب الجامعي الحديث.

7- مصطفى فهمي. (1987). دراسات سيكولوجية التكيف، ط1، القاهرة.

### 12-2- الرسائل والأطروحات:

8- رشا عبد الرحمن محمود والي (2007) بعنوان " برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة مصر.

9- قوادري ابراهيم (2011) بعنوان " دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق كلى البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي"، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الشلف.

10- مخلفي رضاء (2009) بعنوان " أهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة"، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الشلف.

### 12-3- المجلات العلمية:

11- بن حديد يوسف، بوترية مصطفى، نمرود بشير (2016) بعنوان " فعالية كرة اليد في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط للفة العمرية (14-15) سنة". مجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3، العدد15، ص54- ص67.

12- جعيرير سليمة (2017) بعنوان " التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للانجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط"، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، جامعة الجزائر 2، مجلد5-العدد11، ص46-ص66.

13- عبد الرزاق فايد (2015) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الاساسية في كرة اليد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية"، مجلة الابداع الرياضي، جامعة محمد بوضياف المسيلة، العدد19، ص99-ص122.