



معلومات البحث

أستلم: 30 تشرين الاول 2015
المراجعة: 28 تشرين الثاني 2015
النشر: 1 كانون الثاني 2016

الأمن النفسي وعلاقته باتجاهات الطالبة الجامعية نحو الأنشطة الرياضية

محمد جاسم الياسري، ناهدة عبد زيد الدليمي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق

Dr.nahida@yahoo.com

الملخص

هدف البحث إلى معرفة اتجاهات الطالبة الجامعية في جامعة بابل نحو الأنشطة الرياضية وكذلك معرفة مقدار الأمن النفسي الذي تتمتع به هذه الطالبة مع إيجاد العلاقة بين الأمن النفسي واتجاهاتها نحو الأنشطة الرياضية، وتطرق الباحثان إلى دراسات نظرية تتعلق بموضوع البحث ومنها الأنشطة الرياضية والأمن النفسي، وقام الباحثان باعتماد مقياس الأمن النفسي المكون من (30) فقرة ومقياس الاتجاهات المكون من (20) فقرة أيضاً، وتم عرضهما على السادة الخبراء والمختصين في مجالات الاختبارات والقياس وعلم النفس الرياضي والعام، وبعد استطلاع آرائهم، تم إجراء بعض التعديلات عليهما ومن ثم إجراء دراسة استطلاعية، ثم تم إيجاد الأسس العلمية لها (الصدق والثبات والموضوعية)، فضلاً عن ذلك استعمل الباحثان المقابلة الشخصية كأداة بحثية أخرى لجمع المعلومات، وبعد جمع البيانات تم استعمال المعالجات الإحصائية المناسبة ومنها (الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والارتباط البسيط بيرسون)، وفي ضوء النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحثان استنتاجات عدة كان أهمها حققت عينة البحث مستوى عالٍ في كل من الأمن النفسي ونحو الأنشطة الرياضية، كما أفرزت الدراسة المقارنة أفضلية لطالبات كلية التربية الرياضية أولاً وطالبات كلية التربية الأساسية ثانياً في ترتيب مستويات الأمن النفسي والاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية من طالبات بقية كليات الجامعة، فضلاً عن عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الأمن النفسي واتجاه الطالبات الجامعيات نحو الأنشطة الرياضية، وقد أوصى الباحثان بأهمية معرفة المستويات الحقيقية في الأمن النفسي والاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طالبات كليات جامعة بابل كافة تسهيلاً لعمليات التفاعل الاجتماعي معهن، فضلاً عن ضرورة الاهتمام الكبير في توضيح ونشر الوعي بأهمية الأنشطة الرياضية وجوانبها المختلفة للطالبة في مرحلة التعليم الجامعي.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي، الاتجاهات، الطالبة الجامعية، الأنشطة الرياضية

Abstract

The research aims to find out a college student trends at the University of Babylon towards sports activities, as well as find out how much psychological security enjoyed by the student with a relationship between psychological security and trends toward sports activities, and touched the researchers to the theory of studies on the subject of research, including sports activities, psychological and security, and the researchers the adoption of psychological security measure consisting of (30) items and scale trends, consisting of (20) items also were presented to experts and specialists gentlemen in the areas of testing, measurement and sports psychology and public, and after polled, were some of the amendments they make and then conducting a prospective study, then was to find scientific bases her (validity and reliability and objectivity), as well as it used the researchers personal interview as a tool for other research to gather information, and after data collection was the use of appropriate statistical treatments including (mean and standard deviation and the percentage of the simple Pearson) and the link, and in the light of the results obtained researchers concluded several conclusions was the most important research sample achieved a high level in all of psychological security and some sports activities, as the comparative study produced a preference for the students of the Faculty of Physical Education First of students College of Basic Education Second in the ranking of psychological security levels and the trend towards sports activities of students the rest of the faculties of the university, as well as the lack of correlation significant differences between psychological security and the direction of female university students about sports activities, and the researchers recommended the importance of knowing the true levels of security of self and the trend towards sports activities among students of colleges Babylon University, all in order to facilitate processes of social interaction with them, as well as the great interest in the need to clarify and raise awareness of the importance of sports activities and various aspects of a student at the university stage.

Keywords: Psychological security, trends, university student, sports activities.

1. المقدمة

أصبحت ممارسة الأنشطة الرياضية من أهم مظاهر الصحة العامة للفرد والوقاية من الأمراض والتخلص من السمّة، بل أصبحت ممارستها في الوقت الحالي تستعمل للوقاية من الأمراض أو الحالات النفسية، لذا تحرص اغلب دول العالم على توجيه مواطنيها وبمختلف الأعمار والجنس إلى ممارسة هذه الأنشطة وبمختلف أنواعها وأشكالها الصحية والترويحية والعلاجية والمنافسات، بهدف بناء الروح الايجابية للفرد. وترتبط الأنشطة الرياضية ارتباط كبيراً بالاتجاهات نحو ممارستها، إذ تعد الاتجاهات نوعاً من الدوافع الاجتماعية التي يكتسبها الفرد لتهيئة سلوكه، وان الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية تؤدي دوراً مهماً وكبيراً للارتقاء بهذا النشاط الإنساني لان الاتجاهات تمثل القوى التي تعمل على تحريك الفرد وتثبته نحو ممارسة هذه الأنشطة والاستمرار فيها بشكل منتظم، لذا نجد من الواجب على القائمين أو العاملين في هذا المجال أن يراعوا عملية الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لدى مرؤوسيه ومنهم الطالبات في الجامعة. وتعد الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية، ومن أهم دوافع السلوك الإنساني طوال الحياة، وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وإن الاهتمام بالأمن النفسي للفرد يعني الاهتمام بالصحة النفسية له، وذلك لان الصحة النفسية هي حالة دائمية يكون فيها الفرد متوافقاً من الناحية النفسية والشخصية والاجتماعية مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستثمار قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، وإن الاهتمام بالأمن النفسي للفرد سواء كان رياضياً أو شخصياً عادياً يعني الاهتمام بالصحة النفسية له، وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه منضبطاً بحيث يعيش بسلام، والأمن النفسي من ضروريات الحياة التي لا يمكن الاستمرار فيها بدونه ويحتاج إليه الإنسان كحاجته للطعام والشراب وبهذا "فإن إشباع الحاجات لدى الإنسان شرط أساسي من شروط حصوله على التكيف الذي يحقق معه الاستقرار النفسي".

ويعد علم النفس الرياضي واحداً من المجالات التي حظيت بالدراسة والبحث للوصول إلى الحقائق التي تؤدي إلى تطور المستويات الرياضية في الألعاب المختلفة، ويحاول علم النفس الرياضي أن يدرس بصورة علمية سلوك وخبرة الفرد وعملياته العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مجالاتها ومستوياتها وممارساتها، ومحاولة الوصف والتفسير والتنبؤ بها للإفادة من المعارف والمعلومات المكتسبة في التطبيق العملي، وعلى هذا الأساس تبلورت مشكلة البحث من خلال عمل الباحثان في المجال الميداني لعلوم التربية الرياضية، وخبرتهما الكبيرة في مجال التدريس والتدريب، إذ لاحظا إن أغلب القائمين على العملية التعليمية قد لا يعطوا الاهتمام الكافي لحاجات الطلبة النفسية والاجتماعية، لاسيما الطالبات مما يؤدي إلى عدم فهم السلوك ودوافعه وأسبابه لديهن والسيطرة على مشكلاتهن وبذلك يفقدن السيطرة على مفاتيح حاجاتهن ودوافعهن وكثيراً ما يؤكد الأمن النفسي بوصفه ضرورة من ضرورات الصحة النفسية للتغلب على العقبات المستمرة التي تواجهن، فضلاً عن ملاحظة الباحثان إن الكثير من الطالبات يظهرن مستوى اقل بكثير مما هو متوقع منهن في الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، لذا تتجلى أو تظهر مشكلة البحث في محاولة التعرف على الشعور بالأمن النفسي واتجاه طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، وقد تركزت أهداف البحث الى التعرف على مقدار (مستوى) الأمن النفسي واتجاهات طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، فضلاً عن إيجاد العلاقة بين الأمن النفسي واتجاهات طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

2. اجراءات البحث:

استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة مشكلة البحث إذ أن المنهج الوصفي هو "التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع، والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية". (وجيه محجوب، 2002).

1.2 عينة البحث:

اختار الباحثان عينة البحث من مجتمع البحث المتمثل بطالبات جامعة بابل للعام الدراسي (2010-2011) "إذ أن المجتمع يعني" جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة" (رحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم، 2000)، وقد بلغت عينة البحث (125) طالبة، وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة البحث (التجربة الأساسية)

ت	الكليات	العدد
1	التربية الرياضية	40
2	التربية الأساسية	32
3	العلوم	21
4	التربية صفي الدين الحلي	20
5	الهندسة	12
6	المجموع	125

2.2 اختبارات البحث:

تم اعتماد المقاييس الاتية:

1.2.2 مقياس الأمن النفسي: - استعمل الباحثان مقياس الأمن النفسي (ينظر الملحق (1)) الذي يهدف إلى التعرف على مقدار الأمن النفسي لدى عينة البحث والذي أعده (دورثي.ف. هاريسون وبيت.ل. هاريسون) عربي (أسامة كامل راتب 1991)، وقد عرض الباحثان المقياس على السادة الخبراء والمختصين، إذ تمت الموافقة على جميع الفقرات المكون من (30) فقرة، وتتكون بدائل الإجابة على هذه الفقرات على خمسة بدائل هي (موافقة بدرجة كبيرة جداً، موافقة بدرجة كبيرة، موافقة بدرجة متوسطة، موافقة بدرجة قليلة، غير موافقة).

2.2.2 مقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية: - استعمل الباحثان مقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية (ينظر الملحق (2)) الذي يهدف إلى التعرف لدرجة اتجاه عينة البحث نحو الأنشطة الرياضية والذي أعدته (هدى حسن الخاجة، 2003)، ويتكون هذا المقياس من (20) فقرة، وتكون الإجابة على هذه الفقرات على خمسة بدائل هي (موافقة بدرجة كبيرة جداً، موافقة بدرجة كبيرة، موافقة بدرجة متوسطة، موافقة بدرجة قليلة، غير موافقة).

3.2 طريقة اجراء الاختبارات

1.3.2 الدراسة الاستطلاعية: - هي عبارة عن "تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات واليجابيات التي تقابله في أثناء إجرائه للاختبارات لتفاديها". (قاسم المنديلاوي، 1989)، وعلى هذا الأساس تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من طالبات جامعة بابل والبالغ عددهن (24) طالبة، وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على:-

- 1-الوقت المستغرق بتسليم واستلام استمارات المقياسين.
- 2-مدى استجابة عينة البحث لمحتويات استمارات المقياسين.
- 3-الصعوبة التي تواجه الباحث في أثناء تنفيذ التجربة الرئيسية.
- 4-كفاءة فريق العمل المساعد.

2.3.2 الاسس العلمية للمقياسين:

1-صدق المقياسين: - يعد الصدق من الشروط والأسس العلمية للاختبار الجيد، إذ أن الصدق يعني " أن الاختبار يقيس ما وضع لأجل قياسه ولا يقيس شيئاً آخر". (مصطفى باهي، 1999)، وقد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال إيجاد الصدق الظاهري، وذلك من خلال عرض المقياسين على مجموعة من الأساتذة المختصين (ينظر الملحق (3)). في مجالات علم النفس الرياضي والعلوم التربوية والنفسية الذين اتفقوا بنسبة (100%) على فقرات المقاسين قيد البحث.

2-ثبات المقياسين: - إن الثبات هو الذي "يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذ طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة". (عامر فهمي وهشام عامر، 2005)، ولغرض معرفة درجة ثبات المقياسين قام الباحثان بتطبيقهما على عينة التجربة الاستطلاعية من خلال توزيع المقياسين على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغة (24) طالبة، ومن خلال معرفة مدى درجة ثبات المقياسين، تم تطبيق معادلة معامل الارتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وذلك بعد توزيع المقياسين مرة ثانية أي بعد مرور سبعة أيام وبظروف التطبيق الأول نفسها تم الحصول على درجة ثبات البالغة (0.889) لمقياس الأمن النفسي و (0.869) لمقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية، وإن ارتفاع هذه الأرقام تؤكد على مدى ثبات المقياسين على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية.

3-موضوعية المقياسين: - تشير إلى أن الاختبار " لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكّمين القائمين على ذلك الاختبار" (مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري، 2003)، وتعد احد عوامل الأسس العلمية في مجال البحوث العلمية، ويتضمن عدم تدخل العوامل الشخصية والتحيز في وضع الاختبارات أو الفقرات المعنية في البحث، ومن اجل معرفة موضوعية المقياسين المعنيين في بحثنا هذا، تم توزيع المقياسين على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية وبعد مناقشة فقرات المقياسين معهن حول مدى فهمهن لمحتويات فقرات المقياسين تبين إن جميع الفقرات المعنية في المقياسين واضحة ومفهومة لدى أفراد العينة الاستطلاعية، وبذلك تبين مدى الموضوعية حول عدم تحيز أو إدخال العوامل الشخصية من أفراد العينة الاستطلاعية، حول مدى صعوبة أو سهولة فهمهن للفقرات، وبعد التطبيق على العينة الاستطلاعية جاء معامل اتفاق محكمين اثنين بمقدار (0.84) لمقياس الأمن النفسي و (0.78) لمقياس الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية مما يدل على ان المقياسين يتمتعان بمعامل موضوعية عالية ومقبولة

4.2 التجربة الرئيسية: - بعد إعداد أداتي البحث بشكل نهائي وبعد تحديد العينة الأصلية والبالغ مجموعها (125) طالبة، طبق المقياسين بصيغتهما النهائية، وقد وزعت الاستمارات الخاصة بالمقياسين بأسلوب الاتصال المباشر، إذ أجري التطبيق من الباحثان وفريق العمل المساعد وقد قام الباحثان بشرح أهداف البحث لأفراد العينة مع التأكيد على ضرورة الإجابة عن جميع الفقرات في المقياسين بصدق، وقد استغرق وقت الإجابة على المقياسين بين (30-25) دقيقة.

5.2 الوسائل الإحصائية المستعملة في البحث:- استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية:-

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- قانون (t) للعينات المستقلة.
- قانون الارتباط البسيط(بيرسون).
- الوزن النسبي.

3. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:- بعد إكمال إجراءات وضع أداتي البحث وهما(مقياس الأمن النفسي واتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية)وبعد الانتهاء من التطبيق النهائي لهذين المقياسين على عينة البحث، حلت البيانات التي حصل عليها، وكما يأتي:-

1.3 عرض نتائج الأمن النفسي لدى عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:- لغرض تحقيق الهدف الأول للبحث ألا وهو التعرف على مستويات طالبات جامعة بابل في متغير الأمن النفسي قام الباحثان بتطبيق مقياس الأمن النفسي على العينة الأساسية والبالغة(125) طالبة من كليات (التربية الرياضية والتربية الأساسية والعلوم والتربية صفي الدين والهندسة) في جامعة بابل، إذ تم حساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطالبات على المقياس ومن ثم التأكيد من معنوية الفروق ما بين الأوساط الحسابية المحسوبة والأوساط النظرية لمتغير الأمن النفسي ولكل كلية على حدة، وكما هو مبين في الجدول(2) إذ أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي لدرجات العينة في متغير الأمن النفسي(99.71) وبانحراف معياري(11.42) في حين كان الوسط الفرضي(90) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفروق بين الوسطين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(9.51) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية المقابلة لها والبالغة(1.89) عند درجة حرية(124)ومستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية التي تؤكد عدم وجود فروق معنوية بين قيمة الوسط الحسابي المحسوب من العينة والوسط الفرضي مما يشير إلى أن مستويات الطالبات في الأمن النفسي كانت بدرجة عالية وكما هو مبين(2).

الجدول(2)يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(t) المحسوبة والوزن النسبي للأمن النفسي

ت	الكليات	س	ع	الوسط الفرضي	قيمة(t) المحسوبة	الوزن النسبي %	الترتيب النهائي	نوع الدلالة
1	التربية الرياضية	102.78	10.92	90	7.45	68.58	1	معنوية
2	التربية الأساسية	110.43	11.50		5.13	66.95	2	معنوية
3	العلوم	95.38	11.52		2.14	63.59	5	معنوية
4	التربية صفي الدين	96.95	11.65		2.67	64.63	4	معنوية
5	الهندسة	99.42	9.12		3.58	66.28	3	معنوية
6	العينة مجتمعة	99.71	11.42		9.51	66.47	-	معنوية

* قيمة(t) الجدولية عند درجة حرية(124) ومستوى دلالة (0.05) تساوي(1.89).

وحتى نتعرف على ترتيب انتشار الأمن النفسي لدى أفراد عينة البحث بحسب الكليات التي تنتمي إليها، قام الباحثان بحساب الأوزان النسبية لها ومن ثم ترتيبها بحسب أوزانها وكما هو مبين في الجدول(2)، إذ احتلت طالبات كلية التربية الرياضية المرتبة الأولى في الانتشار بوسط حسابي مقداره(102.78) وانحراف معياري(10.92) ووزن نسبي مقداره(68.58%)، يليها في المرتبة الثانية طالبات التربية الأساسية إذ حققت وسطا حسابيا مقداره(100.43) وانحراف معياري(11.50) ووزن نسبي مقداره(66.95%)، وهكذا جاءت نتائج بقية الطالبات عند الكليات الأخرى وهي الترتيب المتوالي(الثالث لكلية الهندسة والرابع لكلية التربية صفي الدين والخامس لكلية العلوم)، إذ حققت أوساطا حسابية على التوالي أيضا(95.38,96.95,99.42) وانحرافات معيارية(11.52,11.65,9.12) مما أكسبها أوزانا نسبية متتالية(63.59%,64.63%,66.28%)، إن ما بينته النتائج بشكل عام أن هناك امن نفسي وبمستويات عالية منه عند الطالبات (عينة البحث) ولكن على الرغم من كون هذه النتائج قد تبدو مشجعة للوهلة الأولى في ضوء الواقع الذي تعيشه المرأة العراقية من إقصاء وتهميش في جميع مجالات الحياة، ألا انه وبالمقابل نجد أن هنالك محددات اجتماعية وثقافية ونفسية تولد إرهاصا كبيرا في نفوس الطالبات مما يجعل معظمهن مضطربات غير مطمئنات ينتابهن الشك في الاطمئنان في قدرتهن على التحمل والتكيف مع المجتمع مستقبلا، إذ أن "التمتع بالصحة النفسية لدى الفرد يؤدي إلى أن يكون متوافقا نفسيا وشخصيا واجتماعيا مع نفسه والآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستثمار قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن".(حامد عبد السلام زهران، 1988)، لذا فمن الضروري الاهتمام بالناحية النفسية للطالبة الجامعية في إثراء دراستها نتيجة للضغوط الكثيرة التي تتعرض وان نتيجة هذه الضغوط تؤدي بها إلى العديد من الأعراض السلبية ومن ثم التأثير في الصحة النفسية لها، كما تعد الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية، ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة، وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وهي محرك الفرد لتحقيق أمنه، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بغيرزة المحافظة. (هشام إبراهيم عبد الله، 1996)، إذ أن الأمن النفسي يتضمن شعور الطالبة أنها تعيش في بيئة صديقة، مشبعة للحاجات وان الآخرين يحبونها ويحترمونها ويقبلونها داخل الجماعة، وأنها مستقرة وأمنة اسرياً ومتوافقة اجتماعياً، وأنها مستقرة في سكن مناسب ولها مورد رزق مستمر، وأنها آمنة وصحيحة جسمياً ونفسياً، وأنها تجتنب الخطر وتلتزم الحذر وتتعامل مع الأزمات بحكمة وتشعر بالثقة والاطمئنان والأمن والأمان.

2.3 عرض نتائج اتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:- لغرض تحقيق الهدف الأول للبحث ألا وهو التعرف على مستويات طالبات جامعة بابل في متغير اتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية قام الباحثان بتطبيق مقياس اتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية على العينة الأساسية والبالغة(125) طالبة من كليات(التربية الرياضية، التربية الأساسية، العلوم التربية صفي الدين الحلبي الهندسة) في جامعة بابل، إذ تم حساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطالبات على المقياس ومن ثم تم التأكد من معنوية الفروق ما بين الأوساط الحسابية المحسوبة والأوساط النظرية لمتغير اتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية ولكل كلية على حدة، وكما هو مبين في الجدول(2) إذ أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي لدرجات العينة في متغير اتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية(77.55) من اصل(100) درجة وانحراف معياري(8.90) في حين كان الوسط الفرضي(60) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفروق بين الوسطين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(22.05) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية المقابلة لها والبالغة(1.89) عند درجة حرية(124) ومستوى دلالة(0.05) وهذا يعني أن عينة البحث تتمتع باتجاه عال وإيجابي نحو ممارسة الأنشطة الرياضية مما يستدعي رفض الفرضية التي تؤكد عدم وجود

فروق معنوية بين قيمة الوسط الحسابي المحسوب من العينة والوسط الفرضي ، وبهذا يكون مستوى أفراد عينة البحث في الحدود العليا من الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، وكما هو مبين في الجدول(3).

الجدول(3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية

ت	الكليات	س	ع	الوسط الفرضي	قيمة(t) المحسوبة	الوزن النسبي %	الترتيب النهائي	نوع الدلالة
1	التربية الرياضية	82	8.34	606	16.68	82	1	معنوية
2	التربية الأساسية	77.13	8.28		11.70	77.13	2	معنوية
3	العلوم	74.95	8.49		8.07	74.95	3	معنوية
4	التربية صفي الدين	74.65	8.07		8.12	74.65	4	معنوية
5	الهندسة	73.25	7.53		6.09	73.25	5	معنوية
6	العينة مجتمعة	77.55	8.90		22.05	77.55	-	معنوية

* قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية(124) ومستوى دلالة (0.05) تساوي(1.89).

وحتى نتعرف على ترتيب انتشار الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لدى أفراد عينة البحث بحسب الكليات التي تنتمي إليها، قام الباحثان بحساب الأوزان النسبية لها ومن ثم ترتيبها بحسب أوزانها وكما هو مبين في الجدول(3)، إذ احتلت طالبات كلية التربية الرياضية المرتبة الأولى في الانتشار بوسط حسابي مقداره (82) وانحراف معياري(8.34) ووزن نسبي مقداره(82%)، يليها في المرتبة الثانية طالبات التربية الأساسية إذ حققت وسطا حسابيا مقداره(77.13) وانحراف معياري(8.28) ووزن نسبي مقداره(77.13%)، وجاءت بالمرتبة الثالثة كلية العلوم بوسط حسابي(74.95) وانحراف معياري(8.49) ووزن نسبي مقداره(74.95%)، أما عينة كلية التربية صفي الدين الحلي فقد جاء ترتيبها في مقياس الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية الترتيب الرابع إذ حققت وسطا حسابيا مقداره(74.65) وانحراف معياري(8.07) ووزن نسبي مقداره(74.65%)، في حين احتلت عينة كلية الهندسة المرتبة الخامسة والأخيرة بوسط حسابي(73.25) وانحراف معياري(7.53) ووزن نسبي مقداره(73,25%).

3.3 عرض نتائج علاقة الارتباط بين الأمن النفسي واتجاهات الطالبات نحو الأنشطة الرياضية وتحليلها

ومناقشتها:- ظهرت مستويات عالية في مقياس الأمن النفسي لمعظم طالبات الدراسة الجامعية وكذلك مستوى عال في مقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية، من السهل أن يكون التوقع في أن يكون بينهما علاقة دالة ذات معنى إلا أن الحقيقة أظهرت غير ذلك فبعد أن حلل الباحثان البيانات التي استخلصاها من استجابات أفراد عينة البحث على مقياسي الأمن النفسي والاتجاه نحو الأنشطة الرياضية، وباستعمال معامل الارتباط(بيرسون) جاءت قيمته اقرب إلى الصفرية وهي بمقدار(0.00149) وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على الضعف الكبير الذي عليه هذه العلاقة إذ لا تحسب لديهن من أي من المشكلات الجامعية لا بل حتى الأسرية أو الاجتماعية أما الاتجاه النفسي لاسيما نحو الأنشطة الرياضية فلا رابطة له بأمن الطالبات نفسياً، وبهذا يكون الباحثان قد حققا هدفهما وما تضمناه من افتراضات تحقق تلك الأهداف.

4. الخاتمة:

استنتج الباحثان بان عينة البحث حققت مستوى عال في كل من الأمن النفسي ونحو الأنشطة الرياضية، فضلا ان الدراسة المقارنة أفرزت أفضلية لطالبات كلية التربية الرياضية أولا وطالبات كلية التربية الأساسية ثانيا في ترتيب مستويات الأمن النفسي والاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية من طالبات بقية كليات الجامعة، كذلك لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الأمن النفسي واتجاه الطالبات الجامعيات نحو الأنشطة الرياضية.

وفي ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثان على ان من الأهمية بمكان معرفة المستويات الحقيقية في الأمن النفس والاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طالبات كليات جامعة بابل كافة تسهيلا لعمليات التفاعل الاجتماعي معهن، كذلك الاهتمام بالجانب النفسي للطالبات الجامعيات أسوة بالجوانب المعرفية والجسمية، بالإضافة الى ضرورة الاهتمام الكبير في توضيح ونشر الوعي بأهمية الأنشطة الرياضية وجوانبها المختلفة للطالبة في مرحلة التعليم الجامعي، فضلا عن ضرورة إجراء المقارنات في العديد من المتغيرات النفسية بين طلبة كليات جامعة بابل.

المصادر:

- أسامة كامل راتب. علم نفس الرياضة ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997.
- حامد عبد السلام زهران. الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط3، القاهرة ، عالم الكتب ، 1988.
- عامر فهمي وهشام عامر. مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط3 ، دار الفكر النشر والتوزيع ، 2005 .
- ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم. مناهج وأساليب البحث العلمي والنظرية والتطبيق ، ط1، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2000.
- قاسم المندلأوي. الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، مطابع التعليم العالي ، 1989.
- مصطفى باهي. المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، 1999
- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط1، عمان ، الوراق للنشر والتوزيع ، 2003 .
- هشام إبراهيم عبد الله. الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالحاجة للأمن النفسي لدى عينة من العاملين وغير العاملين، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد 5 ، 1996.
- وجيه محبوب. البحث العلمي ومناهجه ، بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002.

الملحق(1) يبين مقياس الأمن النفسي لطالبات جامعة بابل

جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استبانة

عزيزتي الطالبة:-

تحية طيبة وبعد :

يقوم الباحثان بإجراء دراسة بعنوان ((الأمن النفسي وعلاقته باتجاهات طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية))، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة يضع الباحثان بين يديك استمارة لجمع المعلومات اللازمة للدراسة، لذا يرجو الباحثان منك قراءة كل فقرة على حدا بتمعن، والإجابة عنها وفق موقفك منها بصدق، وذلك على جميع الفقرات ودون استثناء، واضعة إشارة (X) في المكان المخصص، علماً بأن المعلومات المقدمة من قبلك لن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لك حسن التعاون

الكلية:-

الصف:-

العمر:-

الباحثان

أ.د.ناهدة عبدزيد الدليمي

أ.د.محمد جاسم الياسري

ت	الفقرات	موافقة بدرجة كبيرة جدا	موافقة بدرجة كبيرة	موافقة بدرجة متوسطة	موافقة بدرجة قليلة	غير موافقة
1	أشعر بالخطر والتهديد في هذا العالم.					
2	أنا غير قادرة على الشعور بالتفاؤل.					
3	أشعر بأنني أخاف من المجهول.					
4	أشعر بالخوف من الوحدة.					
5	يضايقتني شعور دائم بالنقص.					
6	أشعر بأنني مستاءة من الدنيا.					
7	أعتبر نفسي عصبية المزاج إلى حد ما.					
8	أشعر أنني كثيرة القلق على المستقبل.					
9	أجد الراحة فقط عندما أخلو إلى نفسي.					
10	أشعر أنني كثيرة التشكيك.					
11	أشعر بالحرج والحساسية في كثير من الأحيان.					
12	أشعر بالأسى والشفقة على نفسي.					
13	أرى معنوياتي تنخفض بسرعة.					
14	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري.					
15	أشعر بالتوتر والقلق الدائم.					
16	أشعر بأن حظي في الحياة قليل.					
17	أشعر بتقدير الآخرين لي.					
18	تعجبني مواقف الآخرين عامة.					
19	أشعر بالأمن والحماية في وجودي وسط عائلتي.					
20	يصعب علي أن أعيش على حقيقتي.					
21	يعدني الآخرين مختلفة عنهم.					

22	أشعر بأنني معرضة لمحاولات استغلال.
23	أكره المفاجآت جميعها.
24	أشعر بأنني وحيدة في هذا العالم.
25	ثُجرح مشاعري بسهولة.
26	أستطيع التعايش مع الثقافات كافة.
27	طفولتي كانت سعيدة.
28	أشعر بطاقة متجددة.
29	أستطيع التكيف مع كل الظروف.
30	لا يزعجني تجاهل الآخرين لي.

الملحق(2)يبين مقياس الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لطالبات جامعة بابل

جامعة بابل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استبانة

عزيزتي الطالبة:-

تحية طيبة وبعد :

يقوم الباحثان بإجراء دراسة بعنوان ((الأمن النفسي وعلاقته باتجاهات طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية))، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة يضع الباحثان بين يديك استمارة لجمع المعلومات اللازمة للدراسة، لذا يرجو الباحثان منك قراءة كل فقرة على حدا بتمعن، والإجابة عنها وفق موقفك منها بصدق، وذلك على جميع الفقرات ودون استثناء، واضعة إشارة (X) في المكان المخصص، علماً بأن المعلومات المقدمة من قبلك لن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لك حسن التعاون

-:الكلية

-:الصف

-:العمر

الباحثان

أ.د.ناهدة عبدزيد الدليمي

أ.د.محمد جاسم الياسري

ت	الفقرات	موافقة جدا	موافقة	موافقة بدرجة متوسطة	غير موافقة	غير موافقة جدا
1	الأنشطة الرياضية غير جذيرة بان اخصص لها جزء من وقتي.					
2	الوقت المخصص للأنشطة الرياضية يمكن أن يستثمر في فعاليات أخرى كثيرة.					

3	الأنشطة الرياضية ليست لها علاقة في تحسين المواقف الاجتماعية.
4	المشاركة في الأنشطة الرياضية مضيعة للوقت.
5	الأنشطة الرياضية ليس لها دور أو تأثير ايجابي واضح في صحة الفرد.
6	الأنشطة الرياضية لا تساهم في النضج الاجتماعي للفرد.
7	الأنشطة الرياضية ليس لها دور أو تأثير ايجابي واضح في التخلص من التوتر النفسي.
8	إن جسم المرأة يمتلك القوة التي يحتاجها من دون المشاركة في الأنشطة الرياضية.
9	المرأة التي لا تزاول الأنشطة الرياضية هي أكثر استقرارا واتزاناً
10	الأنشطة الرياضية تضر بصحة المرأة أكثر مما تنفعها.
11	فرص اكتساب صداقات جديدة من خلال الأنشطة الرياضية تعد ضعيفة جداً.
12	ليس في الأنشطة الرياضية القيمة المرجوة التي تبرر الجهد والوقت المصروف فيها.
13	يمكن للمرأة أداء التمرينات البدنية الضرورية وذلك من خلال اهتمامها بأعمالها اليومية الحياتية.
14	مزاولة المرأة للأنشطة الرياضية يساعد على تطويرها من الناحية الاجتماعية.
15	مزاولة المرأة للأنشطة الرياضية يساعدها على نمو شخصيتها.
17	مشاركة المرأة في الأنشطة الرياضية يعطيها الفرصة في إيجاد أو التعرف على صداقات جديدة.
18	مشاركة المرأة في الأنشطة الرياضية تساعدها على اكتساب بعض المهارات التي تساعدها في حياتها اليومية.
19	مشاركة المرأة في الأنشطة الرياضية تساعدها على التخلص من الإجهاد العقلي أو الذهني.
20	مشاركة المرأة في الأنشطة الرياضية مع الأخريات مرح وتسلية
	مشاركة المرأة في الأنشطة الرياضية يجعلها محبوبة ومرغوبة عند زميلاتها.

الملحق (3) يبين أسماء السادة الخبراء والمختصين الذي عرض عليهم مقياسي الأمن النفسي والاتجاه نحو

ممارسة الأنشطة الرياضية لطالبات جامعة بابل

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. محمود داود سلمان	طرائق تدريس	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د. عامر سعيد جاسم	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د. ياسين علوان	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د. حسين ربيع	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية - قسم العلوم النفسية والتربوية
5	أ.م.د. حيدر عبد الرضا	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة