



فاعلية برنامج إرشادي نفسي (معرفي - سلوكي) في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأفراد ذوي الهمم العالية

The effectiveness of a psychological counseling program (cognitive - behavioral) in improving the psychological and social adjustment of people of high determination

د. زمالي حسان

جامعة العربي التبسي تبسة / الجزائر / hassane.zemali@univ-tebessa.dz

تاريخ النشر: 2022/07/29

تاريخ القبول: 2022/04/11

تاريخ الاستلام: 2022/02/02

ملخص:

هدف هذا البحث إلى معرفة أثر برنامج إرشادي نفسي (سلوكي - معرفي) مقترح في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأفراد ذوي الهمم العالية المعاقين حركيا (الذكور) بأعمار (15-17) سنة، وتمثل مجتمع البحث في التلاميذ ذوي الهمم العالية، في حين اشتملت عينة البحث على التلاميذ المعاقين حركيا بولاية تبسة (الذكور) بأعمار (15-17) سنة، وقدر عددها بـ (16) فردا، من مجتمع البحث البالغ عدده (151) فردا، وتم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، معتمدا على التصميم التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (ضابطة وتجريبية)، وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين متكافئتين ومتجانستين، بحيث شملت كل مجموعة (08) أفراد، وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح على المجموعة التجريبية بواقع (14) أسبوع، تم إجراء القياسات والإختبارات، وباستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة، ومن خلال النتائج المحصل عليها، توصل الباحث إلى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى ذوي الهمم العالية.

الكلمات المفتاحية: الارشاد النفسي، التوافق النفسي والاجتماعي، ذوي الهمم العالية.

Abstract:

The aim of this research is to find out the effect of a proposed psychological counseling program (cognitive – behavioral) in improving the psychological and social adjustment of people of high determination in the ages of 15-17 years, the research society is represented by the secondary school students in the state of TEBESSA, the research sample included students aged 15-17 years, and estimated the number of its members (16) students, this sample constitutes (10.59%) of the research community (151 students). this sample was randomly selected, the researcher used the experimental method, based on the experimental design of the two groups (control and experimental), the sample of the study was divided into two equal and heterogeneous groups, each of which included 08 students, and after the implementation of the proposed psychological counseling program (cognitive – behavioral) on the experimental group (14) weeks, the measurements and tests were carried out, and after using the appropriate statistical means, and through the results obtained, the researcher reached the effectiveness of the proposed psychological counseling program (cognitive – behavioral) in the improving the psychological and social adjustment of people of high determination.

Keywords: psychological counseling, psychological and social adjustment, people of high determination.

المؤلف المرسل: د. زمالي حسان . البريد الإلكتروني للمرسل: hassane.zemali@univ-tebessa.dz

- حقوق النشر محفوظة لدى جامعة العربي بن مهيدي - أم البواقي - الموقع الإلكتروني: <https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/71>

1-1- المقدمة وأهمية البحث:

لقد أخذت الدول المتقدمة في السنين الأخيرة الاهتمام الكلي بمسائل الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة ومعالجة أوقات فراغهم وتعبئة قواهم في خدمة وبناء وتطوير المجتمع والعناية براحتهم البدنية والصحية والنفسية لتحقيق سعادتهم وضمائهم، فأخذت تشجع العلماء للقيام بالأحداث الخاصة بهم ونتيجة لذلك ازدادت الأبحاث والنظريات العلمية الرياضية، وأصبحت موضوع اهتمام وتقدير الشعوب المتقدمة حضاريا، وبدأ الاهتمام بالأبحاث العلمية حول مسائل تنظيم أوقات الفراغ لذوي الاحتياجات الخاصة على اختلاف أصنافهم، وكيفية معالجة قضاياهم اليومية من نظام العمل والراحة والدراسة على أسس علمية مدروسة لرفع القدرة التربوية والعلمية لتكوين الشخصية الناضجة لهم، فأخذ علماء النهضة الرياضية يخططون للاتجاه التربوي والاجتماعي والعلمي.

وعلى هذا الأساس تؤكد تجارب علمية أن أكثر ما يقوم به ذوو الاحتياجات الخاصة من فعاليات ونشاطات رياضية وعلمية لا تتجاوب مع رغبتهم وميولهم ودوافعهم النفسية، فعند مقارنة لما يعمل به كل فرد في أوقات فراغه وما يجب أن يعمل به ندرك مدى تقصير الأجهزة التربوية لا سيما في عالمنا العربي عن توجيه هذه الطاقات والرغبات بأسلوب علمي سليم لبناء المجتمع وتطوير جميع جوانبه.

إن التربية البدنية والمنافسات الرياضية تعتبر أفضل وسيلة لتطوير القدرات البدنية، حيث تعطي الحياة كثيرا من الإمكانيات التربوية التي تؤثر على رفع الصفات الخلقية، فالجانب الخلقى يتكون عند الشباب نتيجة الأداء والتطبيق الجيد للفعاليات الرياضية سيما وأن التربية الخلقية في هذه المرحلة متصلة بالشعور والإحساس، وشباب هذه المرحلة يتأثرون بالمعاملة الجيدة كأفراد وجماعات وعلى هذا الأساس تتكون العلاقات الاجتماعية. (تركي، 1990، ص 244)

بناء على كل هذا كانت الحاجة لإجراء هذا البحث والذي تكمن أهميته في محاولة وضع برنامج إرشادي نفسي مقترح يساهم في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الثانويات الرياضية ذوي الهمم العالية، ومنه بلوغ النتائج الرياضية المنشودة وتحقيق التكيف النفسي والاجتماعي الأمثل.

2-1- الإشكالية:

تعتبر عملية التوافق من العمليات الهامة في حياة الإنسان بمراحلها المختلفة من الطفولة إلى الشيخوخة، كما أنها الهدف الأساسي الذي يصبو إليه، ليعيش في سلام مع نفسه ومع المحيطين به في جميع المؤسسات الاجتماعية انطلاقا من الأسرة مروراً بالمدرسة، والمجتمع بوجه عام، ذلك أن انعدامها يجعله يتخبط في مشكلات توافقه تعيقه عن بلوغ أهدافه.

إن التوافق لا يتحقق إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام والشراب والجنس، (بطريقة شرعية) وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية، وكذلك الأمن، وهي حاجة نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة على الحب. (الدهري، 1999، ص 56) حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، والروحية، والحاجات النفسية، والاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل ومواجهة علنية، أو بلجونه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق.

وفي هذا المعنى أشارت هبة لبيب نقلا عن كل من عصام حلي (1980)، جاك وجودي (Jack & Judy, 1982)، نديفر (Nideffer, 1985) وبيت (Butt, 1987) إلى أن التدريب الذهني من الوسائل الفعالة في تحقيق التوافق على كافة المستويات الرياضية لجميع الأعمار السنية إذا ما تم بدرجة كافية، وعلى مدى كافٍ لأنه يحل المشاكل المتعلقة بالفوز، وذلك لأن التفوق في النشاط الرياضي يتطلب قدرة عالية من التركيز لضبط درجة الجهد والاستثارة اللازمة لإخضاع المتغيرات الداخلية والعوامل البيئية المشوشة والمعوقة للأداء. (ليب، 2014، ص12)، بناء على كل هذا تبلورت إشكالية البحث وتم صياغتها في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة ؟

هذا التساؤل الرئيسي بدوره اندرج تحته التساؤل التالي:

- هل توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

- هل توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق الاجتماعي لدى أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

3-1- هدف البحث:

- التعرف على أثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح تنمية التوافق النفسي.

- التعرف على أثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية التوافق الاجتماعي.

4-1- فرضيتا البحث:

- الفرضية الرئيسية:

- يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

ومنه نفترض أنه:

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق النفسي لصالح القياس البعدي لأفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق الاجتماعي لصالح القياس البعدي لأفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

5-1- مجالات البحث:

المجال البشري: تلاميذ الطور الثانوي (الذكور) بأعمار (15-17) سنة.

المجال الزمني: الفترة الممتدة من 2020-10-19 إلى غاية 2021-02-21.

المجال المكاني: ثانويات مدينة تبسة.

6-1- مصطلحات البحث:

- الإرشاد النفسي: هو علاج نفسي سطحي لمشكلات السلوك والحياة اليومية . وكأنه إرشاد وتوجيه للفرد حتى يسوى مشاكله ويتعامل معها بكياسة ولباقة. (فرج وآخرون، 1998، ص522)

- التوافق النفسي والاجتماعي: هو حالة تكون حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية. (حشمت، 2006، ص47)

- ذوي الهمم العالية: هو ذلك الشخص الذي يعاني عجزا أو عاهة من العاهات التي تحد من نشاطه وفاعليته، وتعوقه عن القيام بما يقوم به الشخص السليم، ولما كانت هذه العاهات أو الإعاقات التي يعاني منها المعاقون ليست واحدة بل هي متعددة، فإنه من الصعب على الباحث أن يجد تعريفا ينطبق على جميع المعاقين على اختلاف فئاتهم واختلاف درجة إعاقاتهم، وهذا ما يقتضي أن يعرف كل فئة بتعريف خاص بها. (الشباني، 1989، ص13)

المراهقة: وهي مرحلة الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي. (عيسوي، 1999، ص100)

2- الإطار النظري والدراسات السابقة والمساهمة:

2-1- الإطار النظري:

تضمن الإطار النظري للبحث التطرق إلى مفاهيم الارشاد النفسي، التوافق النفسي والاجتماعي والإعاقة، بشيء من التفصيل والربط بين مكوناتهم.

2-2- الدراسات السابقة والمساهمة:

2-2-1- الدراسات العربية:

2-2-1-1- دراسة الزبيدي، محمد خالد، (2011): والتي هدفت إلى إعداد برنامج للمهارات النفسية للاعبين كرة القدم الشباب والكشف عن أثر البرنامج في تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الإنجاز والأداء الفني للاعبين كرة القدم الشباب، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثل مجتمع البحث في لاعبي كرة القدم لفئة الشباب بالدوري العراقي خلال الموسم (2009-2010)، في حين تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عمدية وقد بلغت (33) لاعبا بأعمار (16-19) سنة من نادي مستقبل المشرق الرياضي، تم تقسيمهم بطريقة عشوائية إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، ومن أبرز النتائج المحصل عليها أن برنامج المهارات النفسية ذو تأثير إيجابي على تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز وكذا مستوى الأداء الفني. (الزبيدي، 2011)

2-1-2-2- دراسة عبد الرحمن، كاميليا زين العابدين (2003): وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة من المسنين مستخدمة القياس القبلي والبعدي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية. حيث بلغ قوامها 31 مسنا من دور المسنين بمدينة طنطا بمحافظة الغربية، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى أن البرنامج الترويجي يؤثر إيجابيا على مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- التحسن بنسبة 42.86% في مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- بينما تراوحت نسبة التحسن في القياسات الثلاثة ما بين 18.57% للقياس القبلي، و42.86% للقياس البعدي. (عبد الرحمن، 2003)

2-1-2-3- دراسة صديق، محمد السيد محمد (1997): والتي هدفت إلى محاولة التعرف على الطلاب الموهوبين ومشكلاتهم النفسية والاجتماعية وما يعوق توافقهم الشخصي والاجتماعي، ومحاولة تصميم برنامج للإرشاد النفسي من أجل رفع مستوى الصحة النفسية وتحقيق التوافق النفسي لهم، واستخدام مقياس للتوافق النفسي بأبعاده المختلفة، وتم إعداد البرنامج الإرشادي- جماعات المواجهة-، واستخدام الباحث المنهج التجريبي، وتكونت العينة من 13 طالبا من بين الطلاب الحاصلين على درجات منخفضة في مقياس التوافق النفسي، كما استخدمت الأساليب الإحصائية المناسبة في معالجة البيانات، وكانت أهم النتائج أن البرنامج الإرشادي المستخدم وهو جماعات المواجهة، كان له فاعلية واضحة في تحقيق التوافق النفسي بأبعاده المختلفة. (صديق، 1997)

2-2- الدراسات الأجنبية:

2-1-2-2- دراسة أبراهام سبيرلينج (Abraham S, 1980): والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين توافق الشخصية والإنجاز في أنشطة التربية الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وكانت عينة البحث قومها 171 لاعبا من الرياضيين الجامعيين والمحليين و126 من غير الرياضيين، وكانت من أهم النتائج المتوصل إليها وجود فروق بين مجموعات البحث في النواحي الدينية والحالة التعليمية والوظيفية للوالدين- الرياضيين أكثر انبساطا وإعلاء من مجموعة غير الرياضيين. (Abraham, 1980)

مناقشة الدراسات السابقة والمساهمة:

نقاط التقاطع مع الدراسات السابقة والمساهمة:

- من حيث الأهداف: دراسة صديق (1997)، دراسة عبد الرحمن (2003).
 - من حيث المنهج: دراسة الزبيدي (2011)، دراسة عبد الرحمن (2003)، دراسة صديق (1997).
 - من حيث تصميم البحث: تصميم المجموعتين المتكافئتين: دراسة الزبيدي، (2011)، دراسة صديق (1997).
- امتازت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة والمساهمة بما يلي:
- يهدف هذا البحث للتعرف على أثر الارشاد النفسي في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي ميدانيا (تجريبيا).
 - سيتضمن هذا البحث استراتيجيات تنمية التوافق النفسي والاجتماعي بشكل دقيق مفصل في شكل برنامج إرشادي نفسي.

3- الإجراءات المنهجية:

1-3- منهج البحث:

تماشيا مع طبيعة البحث وأهدافه فقد اتبعنا المنهج التجريبي.

2-3- تصميم البحث:

استخدم الباحث التصميم التجريبي باستخدام المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، مع العشوائية في الاختيار، ويتم في هذا التصميم إدخال العامل التجريبي وهو البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية، وترك الضابطة في ظروفها الإعتيادية.

3-3- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع بحثنا في تلاميذ الطور الثانوي ذوي الهمم العالية بولاية تبسة (الذكور) بأعمار (15-17) سنة.

4-3- عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على تلاميذ الطور الثانوي ذوي الهمم العالية (الذكور) بأعمار (15-17) سنة، بمدينة تبسة، وقدر عددها بـ (16) لاعب، وهذه العينة تشكل نسبة (10.59%) من مجتمع الأصل المتمثل في تلاميذ الطور الثانوي ذوي الهمم العالية (الذكور) بأعمار (15-17) سنة بولاية تبسة. والبالغ عددهم (151) تلميذا، وتم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية، وتم تقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين ومتجانستين، بحيث تضم كل منهما (08) تلميذا.

5-3- أدوات ووسائل جمع البيانات:

5-3-1- التحليل النظري: وذلك من مختلف المراجع العربية والأجنبية لاستخلاص أكبر قدر ممكن من المعلومات النظرية التي تسمح بحصر موضوع الدراسة.

5-3-2- الاختبارات والمقاييس النفسية: من خلال اطلاع الباحث على مجموعة من المصادر والرسائل التي تناولت مجموعة من الاختبارات والمقاييس التي تسمح بقياس المتغيرات قيد البحث وتلائم عينة البحث، وبعد عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين تم الاتفاق على الاختبارات التالية:

- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي.

- مقياس المهارات النفسية في الرياضة.

5-3-3- الوسائل الديداكتيكية: صافرة، ميقاتية، جهاز العرض الرقمي، كراسي...

5-3-4- الوسائل البشرية: بالاعتماد على مجموعة من الأشخاص المؤهلين من ذوي الخبرة والاختصاص بغرض المساعدة على تطبيق البرنامج التدريبي والقياسات والاختبارات، بغرض ربح الوقت والجهد.

5-3-5- برنامج إرشادي نفسي مقترح: موجه نحو تحسين التوافق النفسي والاجتماعي.

المعاملات العلمية لأدوات البحث (الخصائص السيكومترية):

رغم أن جميع الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الصدق والثبات نظرا لاستعمالها سابقا من طرف عدد معتبر من الباحثين، إلا أننا أثّرنا التحقق من ذلك، ومن خلال المعالجة الإحصائية لاحظنا أن جميع مفرداتها تتمتع بالصدق والثبات.

- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي:

- الصدق:

جدول رقم (01): يوضح قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي. (التوافق النفسي):

البعد	المهارات الشخصية	الإحساس بالقيمة الذاتية	الإعتماد على النفس	التحرر من الميل إلى الإنفراد	الحالة الصحية	الحالة الانفعالية
المهارات الشخصية	قيمة - ر	1	-	-	-	-
	احتمالية	0.000	-	-	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	-	-	-	-
	النتيجة	دال **	-	-	-	-
الإحساس بالقيمة الذاتية	قيمة - ر	0.745	1	-	-	-
	احتمالية	0.000	0.000	-	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	-	-	-
	النتيجة	دال **	دال **	-	-	-
الإعتماد على النفس	قيمة - ر	0.787	0.734	1	-	-
	احتمالية	0.000	0.000	0.000	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	-	-
	النتيجة	دال **	دال **	دال **	-	-
التحرر من الميل إلى الإنفراد	قيمة - ر	0.792	0.802	0.745	1	-
	احتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	-
	النتيجة	دال **	دال *	دال **	دال **	-
الحالة الصحية	قيمة - ر	0.722	0.708	0.763	0.721	1
	احتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	-
	النتيجة	دال **	دال *	دال **	دال **	-
الحالة الانفعالية	قيمة - ر	0.778	0.806	0.779	0.768	0.717
	احتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05
	النتيجة	دال **	دال **	دال **	دال **	دال **

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %).

جدول رقم (02): يوضح قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي. (التوافق الاجتماعي):

البعد	اللباقة في التعامل مع الآخرين	الإمتثال للجماعة	القدرة على القيادة	العلاقات في المدرسة	العلاقات في البيئة المحيطة	التوافق الإجتماعي
اللباقة في التعامل مع الآخرين	قيمة - ر	1	-	-	-	-
	الاحتمالية	0.000	-	-	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	-	-	-	-
	النتيجة	دال **	-	-	-	-
الإمتثال للجماعة	قيمة - ر	0.776	1	-	-	-
	الاحتمالية	0.000	0.000	-	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	-	-	-
	النتيجة	دال **	دال **	-	-	-
القدرة على القيادة	قيمة - ر	0.756	0.719	1	-	-
	الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	-	-
	النتيجة	دال **	دال **	دال **	-	-
العلاقات في المدرسة	قيمة - ر	0.801	0.766	0.731	1	-
	الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	-
	النتيجة	دال **	دال *	دال **	دال **	-
العلاقات في البيئة المحيطة	قيمة - ر	0.821	0.709	0.748	0.727	1
	الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	-
	النتيجة	دال **	دال *	دال **	دال **	-
التوافق الإجتماعي	قيمة - ر	0.745	0.811	0.767	0.734	0.807
	الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05
	النتيجة	دال **	دال **	دال **	دال **	دال **

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %).

نلاحظ من خلال نتائج الجدولين أن كل قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.709 و 0.821)، في حين قدرت كل قيم الاحتمالية بـ (0.000) وهي جميعها أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي فيما بينها، مما يدل على أن أبعاد المقياس تتمتع بدرجة عالية من صدق التكوين الفرضي.

- الثبات:

- طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest): تم حساب ثبات الاختبار انطلاقاً من حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيق الأول والثاني لكل بعد على حدى وكذا للدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (03): يوضح قيم معاملات الارتباط لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي للرياضيين:

النتيجة	مستوى الدلالة	الاحتمالية	قيمة - ر -		
دال **	0.05	0.000	0.802	المهارات الشخصية	التوافق النفسي
دال **	0.05	0.000	0.782	الإحساس بالقيمة الذاتية	
دال **	0.05	0.000	0.834	الإعتماد على النفس	
دال **	0.05	0.000	0.717	التحرر من الميل إلى الإنفراد	
دال **	0.05	0.000	0.823	الحالة الصحية	
دال **	0.05	0.000	0.774	الحالة الإنفعالية	
دال **	0.05	0.000	0.792	اللباقة في التعامل مع الآخرين	التوافق الاجتماعي
دال **	0.05	0.000	0.726	الإمتثال للجماعة	
دال **	0.05	0.000	0.814	القدرة على القيادة	
دال **	0.05	0.000	0.809	العلاقات في المدرسة	
دال **	0.05	0.000	0.786	العلاقات في البيئة المحيطة	
دال **	0.05	0.000	0.857	التوافق الإجتماعي	

* معنوي عند نسبة الخطأ (05%).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01%).

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن كل معاملات الارتباط قد تراوحت بين (0.717 و 0.857)، في حين قدرت كل قيم الاحتمالية بـ (0.000) وهي جميعها أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجات أبعاد المقياس وكذا الدرجة الكلية للتطبيقين الأول والثاني.

النتيجة: نلاحظ انطلاقاً من النتائج المحصل عليها وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للتطبيقين الأول والثاني، وهذا يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

7-3- ضبط متغيرات الدراسة:

7-3-1- المتغير المستقل: تحدد في: البرنامج الإرشادي النفسي المقترح.

7-3-2- المتغير التابع: تحدد في: التوافق النفسي والاجتماعي.

8-3- الدراسة الاستطلاعية:

أ- المجال المكاني: تم إجراء الاختبارات والقياسات على مستوى القاعة الرياضية للثانوية الرياضية لمدينة أم البواقي.

ب- المجال الزمني: تمثل فيما يلي:

- الدراسة الاستطلاعية الأولى: صادفت تاريخ (2020/10/19)، حيث تم إجراء القياسات القبلية والتكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات المرتبطة بخصائص أفراد العينة، وكذا الاختبارات والقياسات النفسية.

- الدراسة الاستطلاعية الثانية: صادفت تاريخ (2020/10/25 إلى غاية 2020/10/29) بهدف التعرف على مدى صلاحية البرنامج الارشادي النفسي المقترح.

9-3- التجربة الرئيسية:

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية، وبعد التأكد من سلامة المعاملات العلمية للاختبارات والمقاييس، وكذا صلاحية البرنامج الارشادي النفسي المقترح وملائمته لعينة البحث، تم توزيع الأدوار على فريق العمل المساعد، تلاه البدء في عملية تنفيذ التجربة الرئيسية في الفترة الممتدة من شهر أكتوبر 2020 إلى غاية شهر فيفري 2021، وذلك كما يلي:

جدول رقم (04): يوضح تاريخ اجراء التجربة الرئيسية:

المهمة	الإجراء	التاريخ
تطبيق البرنامج الارشادي النفسي المقترح	بداية التطبيق	2020/10/27
	نهاية التطبيق	2021/02/18
التوافق النفسي والاجتماعي	القياس القبلي	2020/10/19
	القياس البعدي	2021/02/21

ملاحظة: تم اعتماد قياسات التكافؤ كقياسات قبلية.

10-3- الوسائل الإحصائية:

جدول رقم (05): يوضح الوسائل الإحصائية المستعملة خلال البحث:

بالنسبة للأحصاء الوصفي تم استخدام:	بالنسبة للأحصاء الاستدلالي تم استخدام:
- المتوسط الحسابي.	- (ت) ستيودنت.
- الانحراف المعياري.	- معامل الارتباط (بيرسون).
- النسب المئوية.	- معامل الالتواء.
- التكرارات.	- معامل الثبات سبيرمان – براون.

وتمت الاستعانة بالحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية الإصدار السادس عشر (spss v. 16.0) في المعالجة الإحصائية

4- تحليل النتائج ومناقشتها:

4-1-1- عرض ومناقشة نتائج مقارنة القياس البعدي بين العينتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق النفسي:

جدول رقم (06): يوضح قيم الفروق بين المتوسطات الحسابية للتكرارات الكلية لقياس المتابعة البعيدة للعينتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق النفسي:

القياس المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
المهارات الشخصية	ض	4.65	1.22	4.37	0.000	06	0.05	دال **
	تج	6.41	1.47					
الإحساس بالقيمة الذاتية	ض	5.62	1.57	4.09	0.000	06	0.05	دال **
	تج	6.27	1.89					
الاعتماد على النفس	ض	5.19	1.58	4.36	0.000	06	0.05	دال **
	تج	6.34	1.53					
التحرر من الميل إلى الإنفراد	ض	6.21	1.67	3.54	0.000	06	0.05	دال **
	تج	6.91	1.72					
الحالة الصحية	ض	6.54	1.42	5.07	0.000	06	0.05	دال **
	تج	7.31	1.65					
الحالة الإنفعالية	ض	5.67	1.46	5.11	0.000	06	0.05	دال **
	تج	7.11	1.62					

/ قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى دلالة (0.05) = 1.943

* معنوي عند نسبة الخطأ (05%).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01%).

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين المتوسطات الحسابية للتكرارات الكلية لقياس المتابعة البعيدة للعينتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق النفسي، عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المجموعتين لمتغيرات (المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الاعتماد على النفس، التحرر من الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية) لصالح العينة التجريبية، وما يؤكد ذلك هو أن جميع قيم ت المحسوبة والمتروحة بين (3.54 و 5.11) أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 1.943 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 06، وما يثبت ذلك هو أن جميع قيم الاحتمالية تراوحت بين (0.000) وهي أصغر من القيمة 0.05 (مستوى الدلالة).

وما يؤكد ذلك نتائج الدراسات السابقة والمتمثلة في دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي، ويعزو الباحث ذلك إلى أن البرنامج الإرشادي النفسي المقترح يلعب دوراً في تحقيق التوافق النفسي وبالتالي هو أكثر تحقيق وإشباع لحاجات المراهقين ودوافعهم، ومنه يمكن القول أنهم يتميزون بالضبط الذاتي وتقدير المسؤولية وأكثر مساهمة لمعايير المجتمع ولمواصفاته والثقافية وذلك من خلال القدرة على القيام باستجابات متنوعة تتلاءم والمواقف المختلفة إضافة على أنهم يتميزون بفاعلية الإستجابة تجاه المتوقعات الاجتماعية ومدى استعدادهم لهذه الأخيرة وبالتالي تتناسب سلوكياتهم مع ما يحدث في البيئة من تغيرات، والتحكم فيها وبالتالي أكثر فاعلية لتحقيق الطاقة الكامنة للإدراك والشعور بالسعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والثانوية.

4-1-2- عرض ومناقشة نتائج مقارنة القياس البعدي بين العينتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق الاجتماعي:

جدول رقم (07): يوضح قيم الفروق بين المتوسطات الحسابية للتكرارات الكلية لقياس المتابعة البعيدة للعنيتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق الاجتماعي:

القياس المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
اللباقة في التعامل مع الآخرين	ض	4.74	1.16	4.42	0.00	06	0.05	دال **
	تج	5.87	1.57					
الإمتثال للجماعة	ض	6.52	1.42	4.17	0.00	06	0.05	دال **
	تج	6.98	1.44					
القدرة على القيادة	ض	5.53	1.24	4.33	0.00	06	0.05	دال **
	تج	6.87	0.97					
العلاقات في المدرسة	ض	5.48	1.32	3.96	0.00	06	0.05	دال **
	تج	6.64	1.45					
العلاقات في البيئة المحيطة	ض	6.21	1.36	5.31	0.00	06	0.05	دال **
	تج	6.96	1.71					
التوافق الإجتماعي	ض	5.22	1.83	4.21	0.00	06	0.05	دال **
	تج	6.89	1.69					

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى دلالة (0.05) = 1.943.
 ** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %).

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين المتوسطات الحسابية للتكرارات الكلية لقياس المتابعة البعيدة للعنيتين الضابطة والتجريبية فيما يخص بعد التوافق الاجتماعي، عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المجموعة الضابطة والتجريبية لمتغيرات (اللباقة مع الآخرين، الإمتثال للجماعة، القدرة على القيادة، العلاقات مع المدرسة، العلاقات في البيئة المحيطة، التوافق الاجتماعي) لصالح العينة التجريبية. وما يؤكد ذلك هو أن جميع قيم ت المحسوبة والمتراوحه بين (3.96 و 5.31) أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره بـ 1.943 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 06، وما يثبت ذلك هو أن جميع قيم الاحتمالية تراوحت بين (0.000) وهي أصغر من القيمة 0.05 (مستوى الدلالة).

وهو ما تؤكدته الدراسات السابقة والمتمثلة في دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي، ويعزو الباحث ذلك إلى فاعلية البرنامج الارشادي النفسي المقترح في زيادة معدل التحسن في التوافق الاجتماعي وعليه فممارسة التربية البدنية والرياضية تلعب دور في تحقيق التوافق الاجتماعي من خلال تشكيل الاتجاهات والسلوكيات المواجهة للمواقف الجديدة والشعور بالأمن الاجتماعي وتحقيق السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والإمتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير والتفاعل الاجتماعي السليم وبالتالي الوصول إلى الصحة الاجتماعية وأخيراً تحقيق حالة الانسجام والالتزان في علاقة التلميذ المراهق بأصدقائه وأفراد أسرته وبيئته المحلية، ما يؤدي إلى إشباع حاجاته مع قبول ما يفرضه عليه من مطالب والتزامات وما يرضيه له من معايير وقيم.

5- الاستنتاجات:

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق النفسي لصالح أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى التوافق الاجتماعي لصالح أفراد العينة التجريبية مقارنة بأفراد العينة الضابطة.

ومنه نستنتج:

- فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لصالح أفراد العينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة.

المصادر والمراجع:

- باللغة العربية:

1. تركي، رايح، أصول التربية والتعليم، ط 2، ديوان مطبوعات الجامعة، الجزائر، 1990، (244)
2. حسن، عبد الحليم، علم النفس والنمو، مركز الإسكندرية، مصر، 2001، (30)
3. حشمت، حسين أحمد وناهي، مصطفى حسين، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط 1، الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام، مصر، 2006.
4. الدهري، حسن صالح، الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999.
5. الشباني، عمر التومي، الرعاية الثقافية للمعاقين، الدار العربية للكتاب، تونس، 1989.
6. صديق، محمد السيد محمد، مدى فاعلية برنامج للإرشاد النفسي الجماعي في تحقيق التوافق النفسي للطلاب الموهوبين بالتعليم الثانوي، دراسة كينيلية، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة القاهرة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، 1997.
7. عبد الرحمن، كاميليا زين العابدين، تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية، 2003.
8. علاوي، محمد حسن وراتب، أسامة كامل، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
9. عيسوي، عبد الرحمن، دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار الراتب الجامعية، بيروت، 1999م، (100)
10. فرج، عبد القادر طه وآخرون، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة، دار سعاد الصباح للطباعة والنشر، 1998.

- باللغة الأجنبية:

11. ABRAHAM, S, THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY ADJUSTMENT AND ACHIEVEMENT IN PHYSICAL ACTIVIITIES, INTERNATIONAL JOURNAL OF PSYCHOLOGY 1.11 NO.3, 1980