الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي.

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي المدرسي

تحت عنوان:

التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذات المحجبات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية.

دراسة مقارنة للممارسات و غير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي.

من إعداد الطالبتان : تحت إشراف :

- حمدود فايزة
- زحاف كرادرةخاليدة

- د/ جغدم بن ذهيبة.

السنة الجامعية:2018-2019

الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

إلى من قال فيها الصادق الصديق الذي لا ينطق على الهواء.

" الجنة تحت أقدام الأمهات " الى التي حملتنني في بطنها و سهرت لأجلي ,

إلى التي باركتني بدعائها و سامحتني بحبها و حنانها الغالية

و العزيزة على قلبي دعيني انحني أمامك و أقبل جبينك ....."أمي الغالية "

إلى الذي تعب لأرتاح و كافح لأنال و إلى صاحب القلب الأبيض ...." أبي الحنون"

اللهم أحفظهما و قدر لي أن أسعدهما.

الى أختي كنزة و زوجها و أولادها "ميلود ،محمد عبد الجليل و رهف" و أخي العزيز رشيد و زوجته و ابناءه "محمد و ليندة " و أختي سهام و أخي أسامة.

و إلى أساتذتي المحترمين و أستاذ المشرف على التربص الميداني "خروبي عبد القادر عبد الحميد" .

إلى كل زملائي بالجامعة و جميع أصدقائي و بالخصوص صديقتي و حبيبتي " نبيلة"

إلى من ساعدني و أيدني

الى كل من يعرفني من قريب او من بعيد

الى كل من يحمل في قلبه ذرة ايمان

حمدود فايزة .

الاهداء

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على سيدنا محمد أشرف المرسلين والسائرين على نهجه الى يوم الدين .أما بعد أهدي ثمرة جهدي و عملي هذا الى :

الى من رعتني بعطفها وغمرتني بحبها ،قرة عيني

"أمي الغالية"

الى من اكتوى بلسعات الدنيا من أجلنا ،ومنه تعلمنا الحياء و الصمود

"أبي العزيز"

الى رفيق دربي وشريك حياتي

"زوجي المخلص"

الى جوهرتي الأصيلة ،بين الدفا و الأمان

"جدتي الحبيبة"

الى توأم روحي وبلسم جروحي وخزاني أسراري

"اخوتي الأعزاء سميرة , اسماعيل , أنفال "

الى كل الأقارب و أصدقاء الدرب الجامعي

زحاف كرادرة خاليدة

التشكرات

أول ما نشكر صاحب النعم المتكاثرة و الأفضال المتواترة أحاطنا بعنايته وأحاطنا بتوفيقه ورعايته,ولولا منه كرمه سبحانه وتعالى ما كان العمل ليخرج إلى الوجود ,فله عز وجل الحمد والثناء الجميل وله الشكر أوله وأخره.

ونشكر من عباده الذين سخرهم لتوفيقنا المشرف الأستاذ الدكتور المحترم "جغدم بن ذهيبة" الذي كان سند لنا ,إذ لم يبخل علينا بجهد آو وقت

نشكر كل الدكاترة والأساتذة بمعهد التربية البدنية و الرياضية كما نشكر كل من ساعدنا بنصائحه و إرشاده في إتمام هذا البحث والى كل من ساهم ولو بدعاء... من قريب آو بعيد لإنجاح هذا العمل المتواضع الذي ابتغي به مرضاة الله عز وجل.

كما أوجه شكرنا وتقديرنا إلى الأستاذ الدكتور الكريم " خالد وليد "الذي ساعدنا في الاحصاء. و لم يبخل علينا بشيء. و الدكتور" أحمد بن قلاوز" و بوعزيز."

حمدود فايزة و زحاف كرادرة خالدة

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق النفسي	76
02	توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق الاجتماعي	77
03	مفتاح تصحيح مقياس التوافق النفسي الاجتماعي	78-79
04	معاملات الصدق والثبات لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي ككل بأبعاده 12	82
05	مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	87
06	مستوى الإحساس بالقيمة الذاتية لدى المحجبات الممارسات .	88
07	مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	89
08	مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	90
09	مستوى الحالة الصحية لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	91
10	مستوى الحالة الإنفعالية لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	92
11	مستوىاللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	93
12	مستوى الإمتثال للجماعة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	94
13	مستوى القدرة على اللياقة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	95
14	مستوى العلاقات في الأسرة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	96
15	مستوى العلاقات في المدرسة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .	97
16	مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات المحجبات الممارسات.	98
17	مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	99
18	مستوى الإحساس بالقيمة الذاتية لدى المحجبات غير الممارسات .	100
19	مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	101
20	مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات غير المحجبات الممارسات .	102
21	مستوى الحالة الصحية لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	103

22	مستوى الحالة الإنفعالية لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	104
23	مستوى اللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	105
24	مستوى الإمتثال للجماعة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	106
25	مستوى القدرة على اللياقة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	107
26	مستوى العلاقات في الأسرة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	108
27	مستوى العلاقات في المدرسة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات .	109
28	مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات غير المحجبات الممارسات.	110
29	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد المهارات الشخصية لإختبار قياس التوافق النفسي .	111
30	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإحساس بالقيمة الذاتية لإختبار قياس التوافق النفسي .	112
31	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإعتماد على النفس لإختبار قياس التوافق النفسي .	113
32	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد التحرر من الميل إلى الإنفرادلإختبار قياس التوافق النفسي .	115
33	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الصحيّة لإختبار قياس التوافق النفسي .	116
34	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الإنفعاليّةلإختبار قياس التوافق النفسي .	118
35	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد اللياقة في التعامل مع الآخرين لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	120
36	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإمتثال للجماعة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	121
37	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد القدرة علة اللياقة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	123
38	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في الأسرة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	125
39	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في المدرسة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	127
40	مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد اعلاقات في البيئة المحيطة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	129

الرقم	العنوان	الصفحة
01	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإعتماد على النفس لإختبار قياس التوافق النفسي .	114
02	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الصحيةلإختبار قياس التوافق النفسي.	117
03	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الإنفعاليةلإختبار قياس التوافق النفسي	119
04	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإمتثال للجماعة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	122
05	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد القدرة على القيادة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	124
06	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في الأسرة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	126
07	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في المدرسة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي	128
08	متوسطي نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد البيئة المحيطة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .	130

الموضوعالصفحة

الإهداء أ

التشكرات ب

قائمة الجداول د

قائمة الأشكال البيانية هـ

التعريف بالبحث

مقدمةالبحث.....1.3

مشكلة البحث 3.5

أهداف البحث 5.6

فرضيات البحث 6

أهمية البحث 6.7

مصطلحات البحث 9.7

عرض الدراسات السابقة 9.15

التعليق على الدراسات.....16.17

نقد الدراسات.....17

الباب الأول :

الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول.....18

الفصل الأول: التوافق النفسي الإجتماعي

تمهيد.....20
1-1-التوافق.....20
1-1- 1 تعريف التوافق.....20
1-1-1-1- لغة.....20
1-1-1-2- اصطلاحا.....20.21
1-1-2- أبعاد ومجالات التوافق.....21
1-1-2-1- التوافق الدراسي.....21
1-1-2-2- التوافق المهني.....21
1-1-2-3- التوافق الأسري.....21
1-1-3- خصائص التوافق.....22
1-1-3-1 التوافق عملية كلية.....22
1-1-3-2- التوافق عملية ديناميكية.....22
1-1-3-3- التوافق عملية وظيفية.....23
1-1-3-4- التوافق عملية تستند إلى الزاوية النشوئية.....23
1-1-3-5- التوافق عملية تستند إلى الزاوية الاقتصادية.....23
1-1-4- العوامل المساعدة على التوافق الحسن.....24
1-1-4-1- العوامل الخاصة بالشخص.....24
1-1-4-2- العوامل الخاصة بالبيئة.....24
1-1-5- نظريات التوافق.....25
1-1-5-1- النظرية البيولوجية.....25
1-1-5-2- النظرية النفسية.....25

1-1-5-3- النظرية السلوكية.....26
1-2-التوافق النفسي الاجتماعي.....27
1-2-1- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي.....27
1-2-2- مجالات التوافق النفسي الاجتماعي.....28
1-2-2-1-التوافق العقلي.....28
1-2-2-2- التوافق الديني.....28
1-2-2-3- التوافق المهني.....28
1-2-2-4- التوافق الأسري.....29
1-2-2-5- التوافق المدرسي.....29
1-2-3- مظاهر وسمات التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق 29
1-2-3-1- نظرة الفرد لنفسه.....30
1-2-3-2- المرونة.....30
1-2-3-3- شعور الفرد بالأمن.....30
1-2-3-4- المواجهة الصحيحة للأزمات.....30
1-2-3-5- التناسب.....31
1-2-3-6- الإفادة من الخبرة.....31
1-2-4- مستويات التوافق النفسي الاجتماعي.....31
1-2-4-1- التوافق الشخصي.....31
1-2-4-2الاعتماد على النفس.....32
1-2-4-3- الإحساس بالقيمة الذاتية.....32
1-2-4-4- الشعور بالحرية الذاتية.....32

1-2-4-5- الشعور بالانتماء.....32

1-2-4-6- التحرر من الميل للانفراد.....33

1-2-5- التوافق الاجتماعي.....33

1-2-5-1-اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية.....33

1-2-5-2-اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية.....33

1-2-5-3- التحرر من الميول المضادة للمجتمع 34

1-2-5-4- العلاقات الطيبة مع الأسرة.....34

1-2-5-5- العلاقات الجيدة مع المدرسة.....34

1-2-5-6- التكيف بالبيئة المحلية.....34

1-2-7- أساليب التوافق النفسي الاجتماعي.....35

1-2-7-1- الأساليب المباشرة.....35

1-2-7-1-1-الاستعداد لمواجهة التهديد أو الخطر.....35

1-2-7-1-2- مهاجمة مصدر التهديد أو الخطر 36

1-2-7-1-3- محاولة تحاشي مصدر التهديد أو الخطر 36

1-2-7-1-4- الاستسلام وعدم المبالاة.....36

1-2-7-2- الأساليب غير المباشرة.....37

1-2-7-2-1- التوافق باستخدام الأساليب الاعتدالية.....37

1-2-7-2-2-التوافق باستخدام أساليب دفاعيّة 37

1-2-7-2-3- التوافق باستخدام أساليب هروبيه "انسحابيه" 38

1-2-7-2-4- التوافق عن طريق الكبت 39

1-2-7-2-5- التوافق عن طريق المرض 39

1-2-6- نظريات التوافق النفسي الاجتماعي.....40

1-2-6-1- النظرية البيولوجية.....40

1-2-6-2- النظرية النفسية "السيكولوجي".....40

1-2-6-2-1- نظرية التحليل النفسي.....40

1-2-6-2-2- النظرية السلوكية.....41

1-2-6-2-3- النظرية الإنسانية.....41

1-2-6-3- النظرية الاجتماعية.....42

1-2-7- عوائق التوافق النفسي الاجتماعي.....42

1-2-7-1- العوائق الجسمية.....42

1-2-7-2- العوائق النفسية.....43

1-2-7-3- العوائق المادية أو الاقتصادية.....43

1-2-7-4- العوائق الاجتماعية.....43

خلاصة.....44

الفصل الثانـي :ممارسة المراهقة المحجبة لحصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد.....46.

2-1- المراهقة.....46

2-1-1-تعريف المراهقة.....46

2-1-1-1- التعريف اللغوي.....46

2-1-1-2- التعريف الإصطلاحي.....47

2-1-2- مراحل المراهقة.....47

2-1-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة من 12 إلى 14 سنة.....47

2-1-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى من 15 إلى 17 سنة.....48

2-1-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة 18 إلى 21 سنة.....48

2-1-3- خصائص مرحلة المراهقة.....48.49

2-1-4- مشكلات المراهقة.....49

2-1-4-1- المشاكل النفسية.....50

2-1-4-2- المشاكل الإجتماعية.....50

2-1-4-3- مشكلة إختيار المهنة.....50

2-1-4-4- مشكلة وقت الفراغ.....51

2-1-4-5- المشاكل الإنفعالية.....52

2-1-5- أشكال المراهقة.....53

2-1-5-1-المراهقة المتوافقة.....53

2-1-5-2- المراهقة المتمردة العدوانية.....53

2-1-5-3- المراهقة المنحرفة.....54

2-1-5-4- المراهقة الإنسحابية.....54

2-1-6- أهم النظريات المفسرة لمرحلة المراهقة.....55

2-1-6-1- نظرية التحليل النفسي.....55

2-1-6-2- نظرية بياجي.....56

2-1-6-3- النظرية البيولوجية.....56

2-1-6-4- نظرية المجال النفسي ل "كارت لوين".....57

2-1-7- المراهق والمدرسة.....58

2-2- الحجاب.....59

2-2-1- تعريف الحجاب.....59

2-2-1-1- لغة.....59

2-2-1-2- اصطلاحا.....59

2-2-2- أهميّة الحجاب.....59

2-2-3- الحجاب وأثره في المجتمع.....61.60

2-3- حصة التربية البدنية والرياضيّة.....62

2-3-1- تعريف حصة التربية البدنيّة والرياضيّة.....62

2-3-2- أهميّة حصة التربية البدنيّة والرياضيّة.....63

2-3-3- أهميّة الممارسة الرياضيّة عند المراهق.....64

2-3-3-1- الرياضة عند المراهق.....64

2-3-3-2- لكل فرد في الوجود دوافع.....64

خلاصة.....65

الـبـاب الـثـانـي

الدراسة الميدانية

مدخل الباب الثاني.....69

الفصل الأول:

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تمهيد..... 71

1- منهج البحث..... 71

2- مجتمع وعينة البحث..... 71

3- متغيرات البحث..... 72

4- مجالات البحث..... 73.72

5- أدوات البحث المستخدمة..... 73

7- مواصفات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي..... 73.79

8- التجربة الاستطلاعية..... 80

9- الأسس العلمية للمقياس..... 80.81

10- الخصائص السيكو مترية لأداة القياس..... 81.82

11- التجربة الأساسية..... 83

12- الوسائل الإحصائية..... 83.84

خلاصة..... 85

الفصل الثاني

عرض تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد..... 87

عرض وتحليل نتائج الدراسة.....87-130

الاستنتاجات.....131

مناقشة وتفسير النتائج.....132.135

الاقتراحات والتوصيات.....135.136

الخلاصة العامة.....136.137

المصادر والمراجع.....139.143

الملاحق.....144.148

ملخص البحث.....155.157

التعريف

بالبحث

1- مقدمة :

إن الاهتمام المتزايد من طرف الوزارة الوصيةلأجل تطوير التعليم و التربية البدنية و الرياضية هدفه تكوين المواطن تكوينا شاملا من جميع الجوانب الشخصية . فالتربية البدنية و الرياضية مادة تعليمية تساهم بالتكامل مع المواد الأخرى وبطريقتها الخاصة في تحسين قدرات التلاميذ في مختلف المجالاتالنفسية و الاجتماعية (حيمود احمد , 2010, صفحة 1).

إن التوافق النفسي الاجتماعي هو قدرة الفرد على التوافق بين ذاته من رغباته ومتطلبات البيئة التي يعيش فيها و قدرته على بناء علاقات اجتماعية و الالتزام بالعادات و التقاليد و القوانين المفروضة من المجتمع .

فالإنسان اجتماعي رغم ما يتميز به من خصائص نبيلة فعملية التوافق لن تحدث الا بقدر ما يحققه الفرد من اندماج وتجاوز صراعات في ضوء متطلبات المجتمع.

حيث ندرك أن الفرد يسعى الى تحقيق ذلك التوافق في جميع مراحل نموه ,فكل مرحلة مهمة و مكملة للأخرى ,فالمراهقة مرحلة جد معقدة حيث يعتبر سوء التوافق بصفة عامة مشكلة من مشاكلها ,حيث أنها فترة من العمر تقع بين سن البلوغ و سن الرشد و تتميز بالقلق و بظهور الدوافع الجنسية و قد تبرز تغيرات مفاجئة عند المراهقة مما تسبب لها مشاكل و تميل الى العزلة و الانطوائية (الشاذلي ,2002 ,صرفحة 45).

فقد تلعب حصة التربية البدنية و الرياضية في هذا السياق دور هام بتزويد المراهقة بمختلف المهارات و الخبرات ضمن نشاط يتماشى و احتياجات التلميذ خلال حصة التربية البدنية و الرياضية,اذ أن الممارسة الرياضية بأنشطتها المتعددة تؤثر ايجابا على السلوك النفسي و الاجتماعي على حد سواء.

فممارسة التربية البدنية و الرياضية بمختلف تخصصاتها تسعى الى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل ليتضمن الصحة النفسية و الاجتماعية و العقلية من كلا الجنسين ذكور و اناث وهذه الأخيرة تواجه عند الممارسة بفعل العادات و التقاليد باعتبار لمجتمع الجزائري من المجتمعات العربية المحافظة وارتباطها بديننا الحنيف الإسلام الذي يلح على المرأة بلباس الحجاب وجعله بمثابة الواقي لها لأنّها ضعيفة نفسيا ، وهذا ما يصعب مهمة الفتيات المتحجبات حول ممارسة التربية البدنية والرياضية أو عدم ممارستها .

إنّ ممارسة التربية البدنية والرياضية لها ميزة خاصة وهي اللعب ، حيث تلتمس منها المراهقة المحجبة الراحة الجسديّة والنفسيّة تعبيرا عن ماهو شعوري ومكبوت ، وكذلك لإبراز حريتها ووجودها بينما المراهقة غير الممارسة للتربية البدنية والرياضية لديها مشاكل في شتى مجالات الحياة ولاتستطيع مواجهتها من أي ناحية وهذا راجع إلى عدم تركيزها وعدم ثقتها بنفسها مما ادى بها الى عدم توافقها نفسيا واجتماعيا .

لذلك ارتأينا أن يكون موضوع مذكرتنا حول دراسة مقارنة في التوافق النفسي الاجتماعي بين المحجبات الممارسات و غير الممارسات لحصة التربية البدنية و الرياضية بالطور الثانوي .

وفي دراستنا هذه قسمنا البحث إلى جانبين : نظري وآخر تطبيقي .

شمل الجانب النظري فصلين :

تضمن الفصل الأول : تعريف التوافق ، أبعاد ومجالات التوافق ، العوامل المساعدة على التوافق الحسن ونظريات التوافق إضافة إلى تعريف التوافق النفسي الإجتماعي ومجالاته ومستوياته وأساليبه ونظرياته وعوائقه .

تضمن الفصل الثاني : تعريف المراهقة ومراحل المراهقة ، خصائص مرحلة المراهقة ومشكلاتها وأشكالها ، النظريات المفسرة لمرحلة المراهقة ، المراهق والمدرسة ، إضافة إلى تعريف الحجاب وأهميته ، أثره في المجتمع ، تعريف حصة التربية البدنية والرياضية وأهميتها ، الرياضة عند المراهق .

وقد شمل الجانب التطبيقي فصلين :

تضمن الفصل الأول : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية .

تضمن الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

2-مشكلة البحث :

ويرى دكاترة علم النفس أن أكثر المراحل صعوبة و حساسية في حياة الانسان هي فترة المراهقة من الجانب النفسي لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية وجسمية وانفعالية , حيث تختلج نفس المراهق بتوترات .

و بما أن التربية البدنية الرياضية مادة من المواد الأكاديمية وهي ذات أهمية كبيرة لما تكتسبه من فوائد نفسية و اجتماعية وتعليمية كما أنها تلعب دورا كبيرا خاصة للتلميذة للمراهقة حيث تساعدها على اجتياز مرحلة المراهقة على أحسن وجه واكتسابها توافقا نفسيا واجتماعيا.

و من خلال تطرقنا الى دراسة ليسانس التي تمحورت حول بعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقة المحجبة لحصة التربية البدنية في التعليم الثانوي , استخلصنا بأن المراهقة المحجية خلال ممارستها للتربية البدنية و الرياضية تتولد لديها صعوبة التوافقها بين اللباس الشرعي والحجاب و قد تعاني من عدة توترات نفسية مما يدفع البعض الى الاعفاء من التربية البدنية والرياضية.

و من الواقع الذي تعيشه المراهقة فإنها تعاني من اضطرابات نفسية وعدم توافقها نفسيا و اجتماعيا و الى جانب حضورنا للعديد من حصص التربية البدنية و الرياضية بمختلف المؤسساتالتربوية في ولاية مستغانملاحظنابأنّ للتلميذات المحجبات سلوكات تؤثر سلبا مما تسبب لهم عدم توافقهم نفسيا واجتماعيا ومن خلال بعض

الدراسات السابقة والمرتبطة التي استنتجت أنّ لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في الرفع من مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ ومن هذا المنطلق نسعى نحن الباحثتان إلى معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذات المحجبات الممارسات وغير الممارسات لحصة التربية البدنية الرياضية في الطور الثانوي و من هنا جاءت دراستنا هاته للإجابة على التساؤلات التالية :

التساؤل العام :

* ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة وغير الممارسة في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ؟ .

التساؤلات الفرعية :

1 -ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ؟ .

2 -ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين التلميذات المحجبات الممارسات وغير الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي ؟ .

3- أهداف البحث:

1- مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية .

2 مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى التلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية

3- معرفة الفروق الإحصائيّة في التوافق النفسي الإجتماعي لدى التلميذات المحجبات الممارسات وغير الممارسات .

4- الفرضيات :

الفرضية العامة :

* للتلميذة المحجبة الممارسة وغير الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضيّة في الطور الثانوي توافق نفسي إجتماعي عـالــي .

الفرضيات الجزئيّة :

1- للتلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي توافق نفسي إجتماعي مرتفع بينما لغير الممارسة منخفض.

2- يوجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين التلميذات المحجبات الممارسات وغير الممارسات في التوافق النفسي الإجتماعي .

5- أهمية البحث :

1- الكشف عن الدور الايجابي لحصة التربية البدنية و الرياضية .

2- التعرف على التوافق النفسي الإجتماعي خلال حصة التربية البدنية والرياضيّة .

3- إنجاز دراسة بيداغوجيّة يتم من خلالها الإحاطة بالموضوع .

4- تزويد القارئ أو الباحث في المجالات النفسيّة الإجتماعيّة ببعض المتغيرات التّي ترتبط بالتوافق النفسي الإجتماعي والمرحلة العمريّة .

6- ضبط المفاهيم الأساسية :

لقد وردت في البحث عدة مفاهيم ومصطلحات تفرض على الباحث أن يزيل عليها اللبس و الغموض لكي يرقى الى مستوى البحوث العلمية الأكاديمية ومن بين هذه المصطلحات مايلي:

6-1- حصة التربية البدنية و الرياضية :

***التعريف الاصطلاحي :**

هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية , بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة (حسن شلتوت ,حسن معوض,2000,صرفحة 102).

- التعريف الاجرائي:

هو عبارة عن مجموعة من التمارين تسطر بهدف تحقيق الأهداف المنشودة من قبل.

6-2-التوافق النفسي الاجتماعي :

التعريف الاصطلاحي للتوافق :

يعرفه الباحث رضا مسع أحمد الجمال "بانه العملية التي تحاول بهاأفرادالتغلب على تحديات الحياة و تجاوزها عن طريق استخدام مختلف الاساليب و الاستراتيجيات

(رضا مسعد احمد الجمال ,2009,صرفحة62)

التعريف الاجرائي للتوافق :

هو المحصلة النهائية لتفاعل الفرد مع البيئة وليس هناك بيئة من غير الأفراد و لا الأفراد بدون البيئة.

التعريف الاصطلاحي للتوافق النفسي :

يعرف الباحث رابح (1965) بأنه قدرة الفرد على التوافق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا ارضاء ا متزنا(نبيل سفيان 2004, صرفحة153).

التعريف الاجرائي للتوافق النفسي :

هو قدرة الفرد على اشباع حاجاته ودافعه الداخلية وذلك في الأسرة والمدرسة أو خارجها هو جوهر الصحة النفسية و هدف العلاج النفسي .

التعريف الاصطلاحي للتوافق الاجتماعي :

يقول الباحث محمد عاطف غيث " أن التوافق الاجتماعي هو تللك العملية التي يلجا اليها الكائن العضوي أوالشخصية من الدخول في علاقة توازن أو انسجام مع البيئة (محمدعاطف غيث, 2006 ,صرفحة 17).

التعريف الاجرائي للتوافق الاجتماعي :

يعني قدرة الفرد في الانسجام مع الأشخاص الاخرين الذين يتعامل معهم .

التعريف الاصطلاحي للتوافق النفسي الاجتماعي :

يشير محمد جاسم محمد الى أن التوافق النفسي الاجتماعي هو القدرة لدى الفرد على التوفيق بين رغباته ورغبات المجتمع .(محمد جاسم محمد ,2004.صرفحة 21).

التعريف الاجرائي للتوافق النفسي الاجتماعي :

هو شعور الفرد بالسعادة مع الاخرين و نفسه.

- المراهقة :

التعريف الإصطلاحي للمراهقة :

هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد وإكتمال الرشد .

(تركي،1990،صفحة241)

التعريف الإجرائي للمراهقة :

هي من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد ، حيث تطرأ عليه تغيرات مختلفة .

- الحجاب :

التعريف الإصطلاحي للحجاب :

هو المنع من الوصول إلى الشيء والحجاب الذي نحن بصدد دراسته هو حجاب المرأة المسلمة أي اللباس الذّي فرضه الله عزوجل على المرأة لكي تؤمن نفسها من الرجال .

(إسماعيل،1996،صفحة71)

التعريف الإجرائي للحجاب :

الحجاب لباس يستر جسد المراهقة وشعرها وكل مافيها من مفاتن .

7- الدراسات السابقة و البحوث المشابهة :

***الدراسة الأولى** :دراسة أحمد بن قلاوز وبن قناب الحاج سنة 2011 .

العنوان :

" دور التربية البدنية الرياضية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي واكتساب بعض المهارات الحياتية للمراهقين مستغانم " .

تساؤلات الدراسة :

هل يتميز تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لتربية البدنية الرياضية بدرجات عالية من

التوافق النفسي و الاجتماعي والمهارات الحياتية بالمقارنة مع أقرانهم الغير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية ؟.

أهداف الدراسة :

معرفة اذا كان تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للتربية البدنية و الرياضية يتميزون بنسبة عالية ام منخفضة في أبعاد التوافق النفسي و الاجتماعي و المهارات الحياتية بالمقارنة مع أقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية .

الفرضيات :

يتميز التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية بدرجات عالية في أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي والمهارات الحياتية بالمقارنة مع أقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية لصالح الممارسين.

المنهج :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لطبيعة البحث وتحقيق أهداف.

العينة :

تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية ,حيث بلغ حجمها 150 تلميذ منها 90 تلميذ يمارسون التربية البدنية و الرياضية و 60 تلميذ لا يمارسون التربية البدنية و الرياضية "تواتي بن قلاوز 2011".

الأدوات :

استخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود "خاص بتلاميذ المرحلة الثانوية.

–مقياس المهارات الحياتية :ويحتوي على 30 عبارة موزعة على ثلاث محاور أساسية ,بحيث يحتوي كل محور على10 عبارات ,كما أن كل العبارات ايجابية للمحاور الثلاث.

أهم النتائج:

التربية البدنية و الرياضية أثرت ايجابا على التوافق النفسي الاجتماعي والمهارات الحياتية للتلاميذ الممارسين وذلك من خلال الدرجات العالية لأبعاد مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي ومقياس المهارات الحياتية.

***الدراسة الثانيّة** :سمسوم علي سنة 2011 ماستر .

العنوان :

"تأثير النشاطات البدنية و الرياضية على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية".

تساؤلات الدراسة:

هل النشاطات البدنية و الرياضية تؤثر على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة :

معرفة مدى تأثير النشاطات البدنية و الرياضية التربوية في تنمية المراهق من الناحية البدنية و النفسية و الاجتماعية و المقارنة مع اقرانهم الغير ممارسين للنشاط الرياضي التربوي.

الفرضيات :

النشاطات البدنية و الرياضية تؤثر على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

المنهج :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة طبيعة الدراسة.

العينة :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ,حيث بلغ حجمها 80 تلميذا منها 40 تلميذا غير ممارسين للنشاط الرياضي التربوي و 40 تلميذا ممارسا للنشاط الرياضي التربوي.

أدوات الدراسة :

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

أهم النتائج:

توصل الباحث الى وجود أثر ايجابي للنشاطات البدنية و الرياضية على التوافق النفسي و الاجتماعي لدى التلاميذ و هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي.

***الدراسة الثالثة** : بورعدة فتح الدين سنة 2013 ماستر.

العنوان "ممارسة التربية البدنية و الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط".

تساؤلات الدراسة :

هل ممارسة التربية البدنيّة والرياضيّة لها علاقة بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ؟ .

أهداف الدراسة :

إبراز علاقة ممارسة التربية البدنيّة والرياضيّة بالتوافق النفسي الاجتماعي .

الفرضيات :

ممارسة التربية البدنية والرياضية لها علاقة إيجابيّة بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط .

المنهج :

المنهج الوصفي.

العينة :

160 تلميذعينة عشوائية للممارسين وبطريقة مقصودة لغير الممارسين .

أدوات الدراسة :

مقياس التوافق النفسي الإجتماعي.

أهم النتائج:

هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من حيث التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لصالح الممارسين .

الدراسة الرابعة : مجاهد مصطفى ,اجريت هذه الدراسة سنة 2016 رسالة دكتورة

العنوان :

"أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية و الرياضية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي".

تساؤلات الدراسة :

هل يؤثر استخدام كل أسلوبي التطبيق بتوجيه (المدرس و الأقران) و التطبيق الذاتي المتعدد المستويات ايجابا في تنمية التوافق النفسي و الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي و هل تختلف درجة التأثير بينهم ؟.

أهداف الدراسة :

فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.01 .....) بين القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

الفرضيات :

يؤثر استخدام كل من اسلوبي التطبيق بتوجيه المدرس و الأقران و التطبيق الذاتي المتعدد المستويات ايجابيا في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة اولى ثانوي وتختلف درجة التأثير بينهم.

المنهج : المنهج الوصفي.

العينة:

تكونت عينة الدراسة من (30) استاذا من أساتذة التربية البدنية و الرياضية من عدت دوائر و بلديات من ولاية تيارت وتم اختيارهم بطريقة عشوائية و 60 تلميذ موزعين بالتساوي على ثلاث اقسام.

أدوات الدراسة : استبيان و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

اهم النتائج:

وجود تباين بين أساليب التدريس في درجة التأثير على أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ,وقد يوصي الباحث بضرورة التنويع في استخدام الأساليب التدريسية لما لها من تأثير ايجابي على نواحي عديدة وخاصة الجانب النفسي الاجتماعي.

***الدراسة الخامسة:**سلامنية العجال سنة 2018 ماستر .

العنوان :" دراسة مقارنة في الرضا عن الحياة بين الممارسن وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي لدى كبار السن " .

تساؤلات الدراسة :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائيّة في الرضا عن الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي لكبار السن ؟ .

أهداف الدراسة :

*معرفة الفروق الإحصائيّة في سمة الرضا عن الحياة لدى فئة كبار السن الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي .

*معرفة الفروق الإحصائيّة في سمة الرضا عن الذات لدى فئة كبار السن الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي .

الفرضيات:

وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في الرضا عن الحياة لدى كبار السن .

المنهج : المنهج الوصفي.

العينة :160 مسّن 80 ممارسين و80غير ممارسين .

ادوات الدراسة :

مقياس خاص بعينة البحث (كبار السّن).

المقابلة .

أهم النتائج:

أنّ ممارسة الأنشطة الرياضيّة الترويحيّة تساهم في تحسين الرضا عن الحياة لدى كبار السّن .

- التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال العرض السابق للدراسات السابقة قد تم عرضها عبر التسلسل الزمني من القديم الى الحديث, يمكن استخلاص بعض النقاط الهامة والتي يمكن من خلالها نقد الدراسات وتحليل اجراءاتها في محاولة من الباحث الاستفادة منها من حيث الهدف و العينة و الأدوات المستخدمة و المعالجات الاحصائية ومناقشة النتائج التي توصلت اليها هذه البحوث.

من حيث المنهج:استخدم جميع الطلبة المنهج الوصفي.

من حيث العينة: تنوعت العينات الخاصة بالدراسات السابقة كل تبع لهدف من الدراسة من حيث المرحلة السنية (تلاميذ) و كبار السّن، تم اختيار عينة بحوثهم بطريقتين عشوائيةومقصودة .

من حيث الأدوات المستخدمة: تنوعت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة فدراسة أحمد بن قلاوز و بن قناب الحاج من العام 2011 اعتمدا على مقياس التوافق

النفسي الاجتماعي و مقياس المهارات الحياتية ,و دراسة سمسوم علي من العام 2011 اعتمدت على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ودراسة بورعدة فتح الدين معتمدة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي ، ودراسة مجاهد مصطفى من العام 2016 اعتمدت على الاستبيان و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي وأخيرا دراسة سلامنية العجال من عام 2018 اعتمد على مقياس خاص بعينة البحث والمقابلة .

- نقد الدراسات :

تتفق هذه الدراسة مع الدراسات السابقة من حيث دراسة نفس المتغير أي التوافق النفسي الاجتماعي ، و استخدام نفس المنهج أي المنهج الوصفي ونفس العينة عند بعض الدراسات التلاميذ المراهقين ، كما تم استخدام نفس أداة القياس أي مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

الجديد في الدراسة الحاليّة تحول الباحثتان المقارنة بين التلميذة المحجبة الممارسة وغير الممارسة لحصة التربيّة البدنيّة والرياضيّة في التوافق النفسي الاجتماعي ،و معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول:

لقد تم تقسم هذا الباب إلى فصلين بحيث تطرقتالطالبتان الباحثتان في الفصل الأول الى التوافق النفسي الاجتماعي أما الفصل الثاني تم التطرق فيه إلى ممارسة المراهقة المحجبة لحصة التربية البدنية و الرياضية بالتعليم الثانوي.

الفصل الأول :التوافق النفسي الاجتماعي

- تمهيد

1- التوافق

1.1. تعريف التوافق

2.1. أبعاد ومجالات التوافق

3.1. خصائص التوافق

4.1. العوامل المساعدة على التوافق الحسن

5.1. نظريات التوافق

2- التوافق النفسي الاجتماعي

1.2. تعريف التوافق النفسي الاجتماعي

2.2.مجالات التوافق النفسي الاجتماعي

3.2. مظاهر وسمات التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق

4.2. مستويات التوافق النفسي الاجتماعي

5.2. أساليب التوافق النفسي الاجتماعي

6.2. نظريات التوافق النفسي الاجتماعي

7.2. عوائق التوافق النفسي الاجتماعي

خلاصة

تمهيد

يعيش الإنسان في بيئة متنوعة ومتشابكة في العلاقات من خلال ما يقوم به من سلوكيات يومية تصف بالتنوع والتغيير نظرا لتنوع حاجات ومطالب الأفراد اليومية وعادة يقوم بصور مختلفة من السلوك لمواجهة دوافعه المختلفة ، بهدف تحقيق قدر عالي من التوافق النفسي والاجتماعي ، فالإنسان عندما يجوع يبحث عن الطعام لتحقيق التوازن الجسدي وعندما يتخطى الأمر الجوانب الذاتية ويسعى الفرد للتعايش مع البيئة والمحيطين بحيث يخلو الفرد من المشكلات ولايصادف أي عقبات للوصول إلى أهدافه فهو يكون في محاولة للتوافق والاستقرار النفسي .

وفي هذا الفصل سنتناول محور التوافق النفسي الاجتماعي ومدى انعكاس جوانبه النفسية على المراهقة المحجبة في المرحلة الثانوية .

1-1-التوافق :

1-1- 1تعريف التوافق :

1-1-1-1- لغة :

توافق القول في الأمر ،ضد تخالفوا تقابلوا تساعدوا . (المنجد الأبجدي، 1989، صفحة297)

1-1-1-2- اصطلاحا :

هو وجود علاقة منسجمة مع البيئة ، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية ، التي يكون الفرد مطالبا بتلبيتها ، وعلى ذلك فالتوافق يشمل كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية

حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة . (محمد علي،2004،صفحة127).

*و منه استخلصتا الباحثتان بأن التوافق هو مدى قدرة الفرد على التوفيق بين اشباع حاجاته و رغباته.

1-1-2- أبعاد ومجالات التوافق :

يرى عبد الخالق في عام (1993) إنّ التوافق يصف السلوك ، والسلوك التوافقي يعني تواؤم وانسجام بين الفرد ونفسه أو بينه وبين مجتمعه كما إنّ مضمون التوافق لا يتحقق بشكل مطلق في مختلف جوانب الحياة ، وتعدد مجالاته ومنها :

1-1-2-1- التوافق الدراسي :

ويتضمن نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتواؤم بين المعلم والطالب معرفيا وانفعالياواجتماعيا مع علاج ما ينجم من مشكلات كالتخلف الدراسي والغياب والتسرب فضلا عن علاج المشكلات السلوكيّة .

1-1-2-2- التوافق المهني :

يشير إلى الانسجام بين العامل وعمله ، ويتحقق ذلك بعدة طرق أهمها حسن اختيار المهنة الملائمة والتدريب على أدائها بشكل جيد وتقبلها بقبول حسن ورضا الفرد عنها والاقتناع بها ومحاولة الابتكار فيها مع تكوين علاقات إنسانيّة راضيّة مرضيّة مع الزملاء والرؤساء .

1-1-2-3- التوافق الأسري :

يعني أن تسود المحبة والاحترام والتعاون بين أفراد الأسرة ، على أساس أنّها سكن

ومودة ورحمة . (محروس،1993،صفحة 45)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن أبعاد و مجالات التوافق تتمثل في التوافق الدراسي ،المهني و الأسري.

1-1-3- خصائص التوافق :

لكي نفهم عملية التوافق يجب أن نضع في اعتبارنا أنها عملية كلية ، ديناميكية ووظيفية تستند في فهمها إلى وجهات النظر الطبوغرافية والاقتصادية:

1-1-3-1 التوافق عملية كلية :

يعني النظر إليها في وحدتها الكلية مما ينطوي على الديناميكية والوظيفية معا ، فالتوافق خاصية للعلاقة بين الإنسان ككائن مع بيئته ، وهذه العلاقة لا تصدق على مجال جزئي من المجالات المختلفة لحياة الفرد وليس لها أيضا أن تقتصر على المسالك الخارجية للفرد في إغفال لتجاربه الشعورية ومدى مايشعره من رضا اتجاه ذاته وعالمه .

1-1-3-2- التوافق عملية ديناميكية :

يمثل التوافق تلك المحصلة أو ذلك النتاج الذي يتمخض عنه صراع القوى المختلفة وهذ القوى بعضها ذاتي وبعضها بيئي ، والقوى الذاتية بعضها فطري بيولوجي وبعضها مكتسب نفسي اجتماعي وبعضها ينتمي إلى الماضي وبعضها إلى الحاضر بشكله الراهن وبعضها إلى المستقبل ، والقوى البيئية بعضها فيزيائي وبعضها ثقافي وبعضها اجتماعي والتوافق هو المحصلة الكلية لكل هذه القوى .
(الشاذلي،2001،صفحة56)

1-1-3-3- التوافق عملية وظيفية :

بمعنى إن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة ، وهناك مستويات متباينة من الاتزان مثل التلاؤم الذي هو مجرد توافق فيزيائي بالمعنى الدوران للكلمة والتوافق في شموليته وكموليته .

1-1-3-4- التوافق عملية تستند إلى الزاوية النشوئية :

بمعنى أن التوافق يكون دائما بالرجوع إلى المرحلة بعينها من مراحل التنشئة فالتوافق عند الطفل مثلا يعيد الاتزان مع البيئة ضمن خصائص المرحلة التي يعيشها من النمو .

1-1-3-5- التوافق عملية تستند إلى الزاوية الاقتصادية :

تعني الاقتصادية كمية الطاقة النفسية التي تعتبر ثابتة عند الفرد والتي تختلف باختلاف الجبلة وهذه الطاقة يضيع بعضها عند الفرد في صورة مكبوتات ويضيع بعضها الآخر في صورة دفاعات وتكون الطاقة المتبقية تحت تصرف الجانب الشعوري من الأنا معيارا لقوة الأنا ، فبقدر ماتكون الطاقة المتبقية كبيرة في كميتها تكون الأنا قوية وبالتالي الشخصية قوية ، وتتوقف نتيجة الصراع على كمية الطاقة المستثمرة في كل قوة من القوتين المتصارعتين .(الشاذلي،2001،صفحة58.57)

و منه استخلصتا الباحثتان بأن خصائص التوافق ما هي الاعمليةمستمرة من المهد الى اللحد لأن الانسان في حركة مستمرة في إشباع دوافعه المتعددة وخاصة الحيوية التي تلازمه لحفظ حياته ونوعه..

1-1-4- العوامل المساعدة على التوافق الحسن :

إنّ التوافق الحسن يتطلب مهارة من جانب الفرد في حل مشكلات الحياة اليومية التي تفرضها عليه الضغوط الخارجية والحاجات الداخليّة ، كما يتطلب قدرا مناسبا من الضبط الانفعالي ، ويمكّن الفرد من التحكم بالقلق والتوتر والخوف والغضب ، لكي يفكر بطريقة سليمة مناسبة ويتطلب أيضا القدرة على الضبط الذاتي الذي يمكن الفرد من مقاومة الإغراء نحو إشباع حاجة معينة في الحاضر إلا أنّه يؤدي إلى أضرار بالغة في المستقبل . وهناك مجموعتين من العوامل :

1-1-4-1- العوامل الخاصة بالشخص : يتطلب التوافق الحسن أن يكون الفرد على درجة مناسبة من الكفاءة في التعامل مع مشكلات الحياة اليوميّة . ومجالات الكفاءة (compétence) تتضمن المهارات الاجتماعية ، وتعتمد كفاءة الفرد على عوامل داخلية مثل الوراثة التي يحملها الوضع المزاجي العامة ، والمواهب الخاصة الموجودة لديه ومستوى الذكاء ، وهذه العوامل لاتعمل وحدها إنّما تتفاعل مع عوامل أخرى هي المصادر المتاحة للفرد للبيئة التي يعيش فيها .

1-1-4-2- العوامل الخاصة بالبيئة: تشمل البيئة جميع العناصر التي تأثر في الفرد وتتضمن العوامل البيئية مايلي :

1. الموارد الاقتصادية المناسبة لإشباع الحاجات الفيزيولوجية الأساسية لدى الفرد.
2. الجو الأسري القائم على الاهتمام والتقبل والاستجابة لحاجات الأفراد وإشراكهم في اتخاذ القرارات . (صابر ،2009،صفحة89)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن العوامل المساعدة على التوافق الحسنبان الانسان يسعى جاهدا الى تلبية احتياجاته من الحاجة الأساسية وتكون في قاعدته الى أن يصل الى أعلى الهرم و هي الحاجات الكمالية.

1-1-5- نظريات التوافق :

إنّ مكانة التوافق في حياة الإنسان أدت إلى تعدد مفاهيمه لكثرة المهتمين به تعددت النظريات التي تناوله ، ومن أهمها :النظرية البيولوجية ، النظرية النفسية ، النظرية السلوكية .

1-1-5-1- النظرية البيولوجية :

يقرر رواد هذه النظرية أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ وهذه الأمراض يمكن توارثها واكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات بالجروح ، العدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد ويعد داروين ومندل من روادها الأوائل .

ويرى أصحاب هذه النظرية أن عدم توافق الفرد في حياته يعود إلى إصابته الأمراض العضوية التي يمكن أن يكتسبها أو يتوارثها بغض النظر عن الجوانب الأخرى مثل الجوانب الجسمية ، النفسية أو الاجتماعية التي لها أثر كبير في توافقه.

1-1-5-2- النظرية النفسية :

من أبرز روادها نجد : فرويد حسب رأيه كما جاء مع كل من BHARGAV و PROTAP فإنّ عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لاشعورية أي أن

الأشخاص لا يعون الأسباب الحقيقية وراء سلوكهم .

فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الفردية عن طريق ما يتقبله المجتمع وأما التي تصيب الفرد حسب رأي فرويد مثل الأعصاب والذهان فماهي إلا عبارة عن صورة من صور سوء التوافق .

يونغ : والذي تناول أفكاره كل من POTEPAN و WEINER موضحين أن هذا العالم يعتقد أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توافق أو تعطل كما أنه أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوافق في شخصية السوية المتوافقة كما قدر أن الصحة النفسية والتوافق السوي يتطلبان التوازن بي ميولنا الانطوائية وميولنا الانبساطية .

أما أريكسون فإنه يرى أن الشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية لابد أن تتصف بالأوصاف التالية : الثقة ، الاستقلالية ، التوجه نحو الهدف ، التنافس ، الإحساس الواضح بالهوية والقدرة على الألفة والحب ويتضح من خلال هذه الأفكار أن ملائمة الذات للظروف المتغيرة دليل على النضج والسهولة في التوافق .

1-1-5-3- النظرية السلوكية :

ترى هذه النظرية بأن التوافق وسوء التوافق تعد مكتسبة وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابات لتحديات الحياة التي تقابل بالتعزيز أو التدعيم واعتقد "واطسون" و "وسيكز" أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد

الشعوري وهذا ما قللناه في النظرية النفسية ولكنه تشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة وإثباتها وأوضح كل من "يولمان" و "كاستر" أنّه عندما يجد الأفراد أن علاقتهم مع الآخرين غير مثابة أي لاتعود عليهم بالإثابة فإنهم قد ينسلخون عن الآخرين ويبدون اهتماما أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية وينتج عن ذلك أن يتخذ السلوك شكلا شاذا أو غير متوافق ، بالتوافق حسب النظرية من خلال المعارف والخبرات التي يمر بها الفرد من خلال حياته الماضية .
(عوض،1996،صفحة96-97)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن نظريات التوافق تمثلت في النظريات البيولوجية و النفسية و السلوكية.

1-2- التوافق النفسي الاجتماعي :

1-2-1- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي:

يعرفه وولمان بأنّه تحقيق الانسجام الداخلي في الشخصية شرط تحقيق الانسجام مع البيئة الخارجية وتضمن السعادة مع الآخرين والالتزامأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية وتقبل التغير الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة والمشاركة في النشاط الاجتماعيمما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية .(محمد علي،2004،صفحة127)

وعرفه خير الله بأنه قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات المجتمع من جهة أخرى ، تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي وإحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر والصحة العقلية

والخلو من الميول المضادة للمجتمع . (خير الله،1981،صفحة75)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن التوافق النفسي الاجتماعي هو مدى قدرة الفرد على التوفيق و الانسجام بين اشباع حاجاته المتعددة و امكانياته الأدائية.

1-2-2- مجالات التوافق النفسي الاجتماعي :

1-2-2-1- التوافق العقلي :

تتمثل في الإدراك الحسي والتعليم ، التذكر ، التفكير ، الذكاء والاستعدادات ، ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد وتكامل هذه الوظائف فيما بينها .

1-2-2-2- التوافق الديني :

الجانب الديني جزء من التركيب النفسي للفرد وهو عقيدة ونضيم للمعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن ، أمّا إذا فشل الإنسان في التمسك بهذا السند ساء توافقه واضطربت نفسه وأصبح نهبا للقلق .

1-2-2-3- التوافق المهني :

يتضمن رضا عن العمل وإرضاء الآخرين فيه ، ويتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة واقتناع شخصي والاستعداد لها علما وتدريبا للتدخل فيها والصلاحية المهنية والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والزملاء والتغلب على المشكلات والتوافق المهني يعني أيضا توافق الفرد لبيئة العمل .

1-2-2-4- التوافق الأسري :

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقة مع الوالدين كليهما وبينهما وبين الأبناء بعضهم البعض حيث تسود المحبة والاحترام والثقة المتبادلة بين الجميع ، ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية . (محمدعلي،2004،صفحة129-132)

1-2-2-5- التوافق المدرسي :

ونرى أنّ التوافق السوي داخل المدرسة يتضمن شعور التلميذ بالرضا عن أوجه النشاط الاجتماعيوالأنظمة واللوائح داخل المدرسة ، وقدرته على المشاركة في هذه الأنشطة بالإضافة إلى قدرة التلميذ على العمل والإنتاج داخل هذه البيئة وبعبارة أعم هو مدى شعور الطفل بالاندماج مع البيئة المدرسية . (النيال،2002،صفحة149)

* و منه استخلصتا الباحثتان مجالات التوافق النفسي الاجتماعي تتمثل في التوافق العقلي "يكون التلميذ متوافقا عقليا عن طريق قيامه بالأبعاد" و التوافق المهني "يكون التلميذ متوافقا عن طريق اختيار مهنته " و التوافق الأسري" يتضمن سعادة التلميذ ، بينما التوافق المدرسي "فقد يكون التلميذ متوافقا عن طريق قدرة في المشاركة في مختلف الأنشطة.

1-2-3- مظاهر وسمات التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق :

يعد التوافق هدف كل شخص يسلك بشكل معين لتحقيق حاجته ، أو أداء واجب ما

وقد اتفق المختصون على بعض السمات التي يتميز بها والمتمثلة في :

1-2-3-1- نظرة الفرد لنفسه :

وتشمل ثلاثة أبعاد هي : فهم الذات وهذا يعني أن يعرف المرء نقاط القوة والضعف لديه ، وتقبل الذات بإجاباتها وسلبياتها لأنّ كراهيتها يترتب عنها عجز الفرد عن تقبل الآخرين تقبلا حقيقيا ، تطوير الذات بتنمية جوانب القوة ومحاولة التغلب على النقاط السلبية فيها .

1-2-3-2- المرونة :

تظهر المرونة في تفاعل الشخص مع البيئة ومواجهته للمشكلات ، ومدى استعداده للعمل المتكرر للوصول إلى حل المشكلة ، فالفرد يحاول دائما أن يجد بدائل للسلوك الذي يفشل فيه ، وهي دلائل سمة المرونة .

كما أنّ من دلائل المرونة أنّ الفرد يمكن أن ينصرف عن الموقف كليا إذا وجد أنّ المشكلة أعلى من مستوى إمكاناته ، أو أنّها لا تستحق الجهد الذّي سيبذل فيها . (حشمت،2006،صفحة145)

1-2-3-3- شعور الفرد بالأمن :

وهي شعور الفرد بالأمن والطمأنينة بصفة عامة ، من خلال تمكنه من إشباع حاجاته ودوافعه ، مما يجعله مرنا في سلوكه نحو ما يعترضه من مشاكل فيكون سلوكه توافقيا .

1-2-3-4- المواجهة الصحيحة للأزمات :

عندما يتعرض الشخص لمشكلة ، فإنه يفكر فيها ، ويحدد عناصرها ، ويضع

الحلول التي يتصور أنّها كفيلة بحلها ، وهو في هذا يتجه مباشرة اتجاه الأزمات ، و يواجهها مواجهة صريحة ، وقد يعلن فشله إذا لم ينجح في حلها .

1-2-3-5- التناسب :

بمعنى الاعتدال ، وعدم المبالغة الانفعالية في الحالات التي يمر بها الشخص ، كالفرح أو الحزن أو الامتنان ، وكل الانفعالات الأخرى ، فالسلوك التوافقي إنّما يعبر عن هذه الانفعالات بشكل يوازي مثيراتها ، وليتعداها أو يقع دونها .

1-2-3-6- الإفادة من الخبرة :

يعدل الفرد سلوكه دائما بناء على الخبرات التي يمر بها في حياته وسلوكه وهو مايعكس مدى استفادته من تلك الخبرات . (حشمت،2006،صفحة148)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن مظاهر وسمات التوافق النفسي الاجتماعي في فهم الفرد لذاته و تفاعله مع البيئة التي يعيش فيه و شعوره بالأمن و الاستقرار.

1-2-4- مستويات التوافق النفسي الاجتماعي :

تتضمن عملية التوافق تفاعل مجموعة كاملة من العمليات الفكرية والانفعالية والسلوكية فيما بينها يقابها تفاعل مستمر لمكونات الشخصية مع ظروف البيئة المحيطة ويتفق معظم الباحثين في علم النفس على مستويين أساسيين في التوافق النفسي .

1-2-4-1- التوافق الشخصي :

هو مجموعة الاستجابات التي تدل على تمتع الفرد وشعوره بالأمن الذاتي وهو

السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع الداخلية الأولية الفيزيولوجية والثانوية المكتسبة ويعبر عن سلم داخلي ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتابعة . (حشمت ،2006،صفحة53)

1-2-4-2الاعتماد على النفس :

ويقصد به ميل الفرد إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به ، دون الاستعانة بغيره مع قدرته على توجيه سلوكه دون خضوع لأحد غيره و تحمله المسؤولية .

1-2-4-3- الإحساس بالقيمة الذاتية :

ويتضمن شعور الفرد بتقدير الآخرين له ، وأنهم يرونه قادرا على تحقيق النجاح وشعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس ، وأنه محبوب. مقبول من الآخرين .

1-2-4-4- الشعور بالحرية الذاتية :

ويتضمن ذلك شعور الفرد بأنه قادر على توجيه سلوكه وأنه يستطيع أن يضع خطط مستقبله ولديه الحرية في تقرير سلوكه .

1-2-4-5- الشعور بالانتماء :

ويمثل الإطار الاجتماعي للحرية الذاتية ، فبقدر ما يحتاج الفرد للحرية يحتاج للانتماء ، والشعوربأنّه محبوب من طرف زملائه وكل المحيطين به ، ويحس بأنّه جزء منهم ، والإنسان بطبعه يميل إلى الاجتماعولا يستطيع العيش منفردا ، و للدافع

إلى الانتماء من القوة ما جعل بعض العلماء يطلق عليه "الجوع الاجتماعي".

1-2-4-6- التحرر من الميل للانفراد :

الفرد لا يميل إلى الانطواء أو الانفرادوليستبدل النجاح الواقعي في الحياة والتمتع به بالنجاح التخيلي أو التوهم وما سيتتبعه من تمتع جزئي غير دائم .والشخص الذي يميل إلى الانفراد يكون حساسا وحيدا مستغرقا في نفسه .
(الشاذلي،2002،صفحة 52-53-54)

*و منه استخلصتا الباحثتان بأن مستويات التوافق النفسي هو احساس الفرد بالأمن الذاتي وتقدير غيره له و ميله الى القيام بما يراه من عمل لتحقيق رغباته.

1-2-5- التوافق الاجتماعي :

يتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين إذ أنّ تقبل الآخرين مرتبط بتقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد علاقات اجتماعية مرضية تتسم بالتعاون والتسامح وتعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية والاعتراف بحاجته للآخرين والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة ويجب أن لا يشوب هذه العلاقات العدوان أو الاتكال أو عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين .

1-2-5-1-اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية :

أي أنّه يدرك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم ، وكذلك يدرك إخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة كالتعرف على الصواب والخطأ ، كما أنّه يتقبل أحكامها برضاء .

1-2-5-2-اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية :

أي أنّه يظهر مودته للآخرين بسهولة كما أنّه يبدل جهده وتفكيره ليساعدهم ويسرهم

ويتصف بأنّه ليس أنانيا فهو يرعى الآخرين ويتعاون معهم .

1-2-5-3- التحرر من الميول المضادة للمجتمع :

بمعنى أن الفرد لا يميل إلى التشاحن مع الآخرين أو العراك معهم أو عصيان الأوامر أو تدمير ممتلكات الغير . وهو كذلك لايرضي رغباته على حساب الآخرين كما أنّه عادل في معاملته لغيره . (الشاذلي،53،2002-54)

1-2-5-4- العلاقات الطيبة مع الأسرة :

إنّ الفرد يشعر بأنّ الأسرة تقدره وتعامله معاملة حسنة ، كما يشعر بالأمن والاحترام بينهم ، مما يساعده على إقامة علاقات ناجحة مع المحيط الاجتماعي الخارجي .

1-2-5-5- العلاقات الجيدة مع المدرسة :

تشمل مدى انسجام وتكيف التلميذ مع أقطاب العملية التربوية << أساتذة ، منهج دراسي ، مناخ تربوي >> للإشارة فإنّ العلاقات الجيدة في الأطوار الأولى من التعليم ، تمهد لتواصل جودة هذه العلاقات في المراحل اللاحقة .

1-2-5-6- التكيف بالبيئة المحلية :

هو الانسجام الذي يحققه الشخص خلال تفاعله مع المحيط الخارجي والبيئة المحيطة به ، فيشعر بالسعادة والرضا في تعامله مع الآخرين ، ويتعرف بحدود العلاقة التي تربطه بهم ويحترمها ، كما يولي الاهتمام للمحيط الذي يعيش فيه . (الشاذلي،2001،صفحة54-55)

* و من استخلصتا الباحثتان بأن مستويات التوافق الاجتماعي أن الفرد يظهر محبته

لغيره عن طريق مساعدة الاخرين في مختلف المواقف و اقامة علاقات ناجحة.

1-2-7- أساليب التوافق النفسي الاجتماعي :

يسعى الفرد للتوافق بشكل مستمر ومتواصل خلال دورة حياته ، فإذا ما واجه مواقف محيطة أو مهددة أو ضاغطة أو شعر بالتوتر ، فإنّه يتجه لاستخدام أساليب متعددة ومختلفة للتعامل مع هذه المواقف والتغلب على ما يعترضه من عوائق لتحقيق التوافق ، فيلجأ أولا لأساليب النشاط المباشر للتلاؤم مع المواقف الجديدة والطارئة ، وإذا ما فشل في تحقيق التوافق ، فإنّه يلجأ إلى الأساليب غير المباشرة .

1-2-7-1- الأساليب المباشرة :

قسم لازا روس أساليب النشاط المباشر لأربعة أنواع هي :

1-2-7-1-1-الاستعداد لمواجهة التهديد أو الخطر :

ويظهر جليا في حالة مواجهة الشخص لتهديد خارجي ، فعادة ما يسعى إلى تفادي الخطر أو الإقلال من حدته قدر المستطاع عن طريق التدخل المباشر .
(القذافي،1998،صفحة176)

وغالبا مايسعى الشخص للتوافق النشط في المواقف التي تواجهه ، ويكون ذلك من خلال دراسة متطلبات الموقف ، واستعراض البدائل المتاحة لاختيار أنسبها ، ويحدث هذا في المواقف المسبوقة بمؤشرات مهددة دالة على قدومها ، فظهور وباء معدي في منطقة معينة على سبيل المثال ، يجعل المسؤولين واعيان المنطقة في حالة استنفار قصوى باتخاذ إجراءات وقائيّة لمحاصرة الوباء ، وتوفير العلاج المناسب .

1-2-7-1-2- مهاجمة مصدر التهديد أو الخطر :

وفي هذا الأسلوب يلجأ الشخص إلى الهجوم كأفضل وسيلة للدفاع ، فيبادر إلى مهاجمة مصدر التهديد بحثا منه عن الحماية ، ممايؤدي إلى القضاء على مصدر التهديد أو مقاومته وإضعافه ولو بدرجة بسيطة .

وعادة ما تنطوي مهاجمة مصدر التهديد أو الخطر على درجة معينة من العدوانية التي تتولد بدورها من الإحباط المتتالي في الحياة ، وتصير وسيلة لمقاومة مصدر التهديد والسيطرة عليه سعيا للتوافق .

1-2-7-1-3- محاولة تحاشي مصدر التهديد أو الخطر :

وهذا الأسلوب يلجأ إليه الإنسان والحيوان على حد سواء ، ويظهر جليا عندما يكون مصدر التهديد كبيرا أو خطرا ، ويمارس الإنسان هذا السلوك في حياته كلما اقتضت الضرورة ذلك .

1-2-7-1-4- الاستسلام وعدم المبالاة :

كثيرة هي عقبات الحياة التي يصطدم بها الفرد ، ولايتمكن من تحاشي أضرارها أو التغلب عليها وذلك مايؤثر على دافع الشخص لمهاجمة أو محاولة تحاشي مصدر التهديد ، وهذا ما يدفع الشخص للشعور بالإحباط أمام بعض المواقف التي لايجد من سبيل أمامه لمواجهتها مع عدم تمكنه من تحاشي الموقف وهذا يؤدي بالشخص للاستسلام والرضوخ للأمر الذي يفرضه عليه الواقع . (القذافي،1998،صفحة177)

1-2-7-2- الأساليب غير المباشرة :

خلال سعي الإنسان للتوافق بالأساليب المباشرة السالفة الذكر ، قد يفشل في ذلك فيلجأ لاستخدام الأساليب غير المباشرة ، التي أشار إليها فرويدك بالميكانزيم الدفاعية ، والتي هي عبارة عن سلوكيات تصدر عن الإنسان بطريقة لاشعورية تستهدف التخفيف من التوتر والمحافظة على التوازن النفسي للشخص وتحقيق الرضا ، ثم الوصول إلى التوافق المنشود ، ويمكن تصنيف هذه الأساليب غير المباشرة .

1-2-7-2-1- التوافق باستخدام الأساليب الاعتدالية :

تنطوي على نزعة عدوانية تستهدف إسقاط الأذى على الغير أو على الذات ، كالعدوان والإسقاط .

- العدوان :

يلجأ الشخص للعدوان كاستجابة لاشعورية بهدف خفض التوتر إذا ما تأزمت المواقف التي يتعرض لها ، وقد يحدث العدوان كاستجابة لمثيرات بسيطة ، ويمكن أن يكون العدوان صريحا في شكل سلوكيات مباشرة نحو مصدر التوتر ، كما يمكن أن يكون ضمنيا في شكل كيد أو تشهير أو حتى امتناع عن المساعدة ، أمّا العدوان على الذات فهو أكثر خطورة وصعوبة على الفهم . (الشاذلي، 2002،صفحة 149-151)

1-2-7-2-2-التوافق باستخدام أساليب دفاعيّة :

قد يلجأ الإنسان لاستخدام الأساليب الدفاعية بحثا عن التوافق ، وهو بذلك يسلك

باتجاه الناس ولا ينعزل عنهم ، فيقف موقف دفاعيا محاولا التنويه عن أي قصور قد يشعر به خلال تفاعله مع الآخرين كلجوئه للتبرير .

- التبرير :

هو من الميكانزيم الدفاعية التي تغطي على الدوافع الحقيقية للسلوك ، فيحمي الشخص من الاعتراف بالفشل أو الخطأ أو العجز ويلجأ الشخص إلى التبرير غير مدرك الدوافع الحقيقية وراء سلوكه وهو نوع من الكذب على النفس .

1-2-7-2-3- التوافق باستخدام أساليب هروبيه "انسحابيه" :

في حالة عجز الفرد عن مواجهة المواقف المحبطة ، أو التعامل معها أو مسايرتها ، فإنّه يلجأ لأسلوب آخر هو الهروب منها والابتعاد عن مصادر الاصطدام والمواجهة وهذا الأسلوب يؤدي إلى ارتياحه ، ويساعده على تجاوز التوتر والقلق الذي يعانيه ، ومن الأساليب الهروبية .

- الانسحاب :

يظهر هذا الأسلوب في شكل تجنب يمارسه الشخص مع المحيطين به من أناس وأشياء أو مواقف تستثير قلقه وتوتره ، فيلجأ إلى الانطواء والتقوقع على نفسه ، كما أن علاقاته الاجتماعية تكون محدودة ومحددة ، وقد يلتمس الانسحاب الراحة في العمل أو للمطالعة أو أي هواية فردية تبعده عن التفاعل الاجتماعي أو مواجهة المشاكل . (أحمد،2006،صفحة179)

- أحلام اليقظة :

وهي حيلة لاشعورية يمارسها الناس عامة ولكن بدرجات متفاوتة ، وفيها يتوهمون إشباع حاجاتهم ورغباتهم التي شق عليهم إشباعها في الواقع ، أما لموانع اجتماعية أو أخلاقية أو حتى مادية ، ويمارسها الشخص في شكل شرود ذهني وتخيل وهمي يهدف لتحقيق رغبات مكبوتة . هذا وينظر المختصون إلى الميكانيزمات الانسحابية على أنها أكثر تعقيدا من الميكانيزمات الدفاعية أو العدوانية ذلك أنها صعبة الكشف والعلاج .

1-2-7-2-4- التوافق عن طريق الكبت :

يمارس الإنسان الكبت في معظم مواقف حياته ولكن بدرجات بسيطة ، حيث يلجأ الشخص لهذا الأسلوب في معظم تعاملاته كما يتم اللجوء للكبت كعملية استبعاد للخبرات والذكريات المخجلة إلى اللاشعور ، وتظهر في شكل فلتات لسان ، أو زلات قلم ، كما أنّها قد تطفو في شكل سلوكات لا توافقيةكالاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية . (أحمد،2006،صفحة190)

1-2-7-2-5- التوافق عن طريق المرض :

ويلجأ الشخص بطريقة لاشعورية للتمارض هربا من التأنيب الذي يلقاه من المحيط أو حتى من نفسه على سلوكه الخاطئ اتجاه موقف معين ، وهو بذلك يعفي نفسه من تحمل مسؤولياته في مواجهة المواقف الاجتماعية المنطوية به ، وفي هذه الحالة يكون المرض حيلة دفاعية لاشعورية ، تستهدف تحقيق التوافق بأسلوب هروبي

تبريري في آن واحد .(الشاذلي،2002،صفحة154)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن أساليب التوافق النفسي الاجتماعي تتمثل في المباشرة و غير المباشرة لأن الفرد في الأساليب المباشرة يلجأ الفرد اليها مع المواقف الجديدة اذا لم يتحقق التوافق فيلجأ الى الأساليب غير المباشرة.

1-2-6- نظريات التوافق النفسي الاجتماعي :

تعددت واختلفت الآراء حول المفسرة لعملية التوافق النفسي الاجتماعي ، باختلاف الأطر النظرية التي تنطوي تحتها هذه الآراء والتي يمكن تلخيصها فجمايلي :

1-2-6-1- النظرية البيولوجية :

ويقدر مديروها أن جميع أشكال الفشل في التوافق عامة ، ينتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ . ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات ، الجروح العدوى والخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد ويرجع وضع هذه النظرية إلى جهود كل من دارون مندل ، جالتون ، وكالمأن . (حاسم محمد،2004،صفحة24)

1-2-6-2- النظرية النفسية "السيكولوجي" :

1-2-6-2-1- نظرية التحليل النفسي :

* يرى "فرويد" أن عملية التوافق غالبا ما تكون لاشعورية أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكه ويرى أن الجهاز النفسي يتكون من ثلاث قوى رئيسية "الهو، الأنا، والانا الأعلى" ، الهو الذي يشير إلى الدوافع الفطرية . الأنا فله

وظيفة التحكم والانا الأعلى التي تشير إلى المثل العليا والقيم الأخلاقية ، فالانا توازن بين الوظيفتين الأخريين . (محمد علي،2004،صفحة156)

* أما "يونغ" فقد أكد أنّ مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف ، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوافق في الشخصية السوية المتوافقة .

1-2-6-2-2- النظرية السلوكية :

يتمثل التوافق لدى السلوكيين في استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية وعلى الإثابة فتكرار إثابة سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة وعملية توافق الشخص لدى"واطسون" و "سكينر" ، لا يمكن أن تنمو عن طريق ما يبذله الجهد الشعوري للفرد ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثابة البيئة . (النيال،2002،صفحة42)

1-2-6-2-3- النظرية الإنسانية :

* يشير "روجرز " إلى أنّ الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المنسقة مع مفهومهم عن ذواتهم .

* وقد أكد "ما سلو" على أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد ، حيث قام بوضع معايير للتوافق تتمثل فمايلي : الإدراك الفعال للواقع ، قبول الذات التلقائية ، التمركز الصحيح للذات وهي كلها تؤدي بالفرد إلى التوافق بصفة إيجابية مع نفسه ومع الآخرين .

* أمّا "بيرز" يولي أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحي الأفراد هذا دون خوف من المستقبل لأنّ هذا سيفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا . لأنّه يؤكد على ترابط واتصال توافق الفرد في مرحلة معينة بتوافقه في المرحلة التي تليها . (محمدعوض،1990،صفحة91)

1-2-6-3- النظرية الاجتماعية :

يقرر مديروها أنّ هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق فلقد ثبت أنّ هناك اختلاف في الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الأمريكيين والإيطاليين وبين الأمريكيين والايرلنديين ، ويؤكدون على تأثير الطبقية الاجتماعية على توافق أفراد المجتمع . من أبرز رواد هذه النظرية "فيزر،دنهام،هولنج هيد وريدليك" . (حاسم محمد،2004،صفحة25)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن نظريات التوافق النفسي الاجتماعي تمثلت في البيولوجية ،النفسية ،السلوكية و الاجتماعية و اختلفت تعاريف هذه النظريات حسب روادها.

1-2-7- عوائق التوافق النفسي الاجتماعي :

لا يتوقف السلوك نحو التوافق ، فهو عملية مستمرة باستمرار الحياة ، فالإنسان يحبس عن تحقيق أهدافه ويمنعه من إشباع حاجاته عوائق كثيرة ، بعضها داخلية وبعضها خارجية . ومن أهم هذه العوائق ما يلي :

1-2-7-1- العوائق الجسمية :

وهي العاهات والتشوهات الجسمية ، ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه

فضعف البنية أو قبح المنظر أو ضعف البصر يعيق الشخص عن التوافق مع الآخرين . (محمد علي،2004،صفحة136)

1-2-7-2- العوائق النفسية :

نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفسية الحركية أو خلل في نمو الشخصية ، والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه . ومن بين العوامل الأخرى التي تعوق تحقيق الأهداف الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهداف الشخص ، وعدم قدرته على المفاضلة بينهما واختيار أي منها في الوقت المناسب .

1-2-7-3- العوائق المادية أو الاقتصادية :

يعتبرعدم توفر الإمكانات المادية عائقا يمنع الكثير من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة ، ولذا نقصه يصد الكثير من الأشخاص من إشباع حاجاتهم الأساسية ، ويسبب لهم الكدر والألم ، ويعتبر نقص المال عائقا يمنع الكثير من الشباب من تحقيق أهدافهم من التعلم والزواج والعمل ، والحصول على المسكن والسيارة والمركز الاجتماعي الراقي . (محمد علي،2004،صفحة137)

1-2-7-4-العوائق الاجتماعية :

تنشأ أغلب العوائق الاجتماعية من تصرفات وأعمال بعض الأشخاص الآخرين فتربية الأطفال تقتضي دائما تدخل الوالدين في كثير من شؤونهم والحد من حريتهم نوعا ما ، وقد يؤدي التنافس الاجتماعي بين الشباب إلى حرمان كثير منهم من

الحصول على وظيفة معينة بسبب تفوق شخص آخر عليه ، وينشأ الكثير من العوائق أيضا من القيود والنواحي التي يفرضها المجتمع من عادات وتقاليد التي تتمسك بها الثقافة التي ينشأ فيها الفرد فقد يحب شاب فتاة معينة ويريد الزواج بها ولكن تقاليد أسرته تفرض عليه الزواج من فتاة أخرى . (أحمد، 2006،صفحة 171-172)

* و منه استخلصتا الباحثتان بأن عوائق التوافق النفسي الاجتماعي هي كل العراقيل الداخلية و الخارجية التي تواجه الفرد.

خلاصة :

إنّ الحياة الاجتماعية في تغير مستمر والإنسان يسعى دائما للتوافق معها لأنّ مع هذه المتطلبات المتعددة والمتجددة يبقى توافقه أمر نسبي فما من شخص متوافق بشكل تام . فهو يستخدم أساليب عديدة لتحقيقها .

فالتوافق أسلوب للحياة يساعد الشخص على الاستغلال الأمثل لإمكاناته وقدراته قصد تحقيق أكبر استفادة منها ويبقى هذا التوافق النفسي الاجتماعي مجرد أسلوب سلوكي لم يرتق إلى درجة الهدف .

نقول أنّ الشخص متوافق نفسيا واجتماعيا ، إذا ما تمكن من إشباع رغباته ودوافعه، وسعى لتحقيق أهدافه وطموحاته في إطار اجتماعي مقبول .

الـفصــل الثاني : ممارسة المراهقة المحجبة لحصة التربية البدنية والرياضية .

تمهيد

1- المراهقة 1-1- تعريف المراهقة

1-2- مراحل المراهقة

1-3- خصائص المراهقة

1-4- مشكلات المراهقة

1-5- أشكال المراهقة

1-6- أهم النظريات المفسرة لمرحلة المراهقة 1-7- المراهق والمدرسة

2- الحجاب2-1- تعريف الحجاب

2-2- أهمية الحجاب

2-3- الحجاب وأثره في المجتمع

3- حصة التربية البدنية والرياضية 3-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية

3-2- أهمية حصة التربية البدنية والرياضية

3-3- أهمية الممارسة الرياضية عند المراهق

خلاصة

تمهيد

تعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم فروع التربية الأساسية التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الجسمي والبدني المنظّم لبناء وتهيئة أفراد المجتمع بصورة متكاملة مع ما يتناسب مع حاجاتهم وطموحاتهم ، لذلك حظيت التربية البدنية والرياضية باهتمام كبير خاصة في الآونة الأخيرة .

التربية البدنية والرياضية هي جزء مكمل للجانب التربوي الإنساني ، بحيث تساعد المراهقة المحجبة على كسب قدرات بدنية ومهارات حركية زيادة إلى رفع معنوياتها وتثبيت ثقتها بنفسها .

وسنوضح في هذا الفصل تعريف ومراحل المراهقة وأنواعها وخصائصها ومشاكلها ، زيادة إلى تعريف الحجاب والتربية البدنية الرياضية وأثرهم في المجتمع وما أهمية الممارسة عند المراهق وما العلاقة بينهم .

2-1- المراهقة

2-1-1- تعريف المراهقة :

2-1-1-1- التعريف اللغوي :

ترجع كلمة مراهقة إلى الفعل العربي راهق الذي يعني الإقتراب من الشيء ، فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الإحترام . (أحمد،1995،صفحة21)

2-1-1-2- التعريف الإصطلاحي :

تعرف المراهقة على أنها المرحلة مابين 12 إلى 20 سنة وهذه التحديدات غير دقيقة لأنّ ظهور المراهقة ومدتها يختلفان حسب الجنس والظروف البيئية والعوامل الإجتماعيّةوالإقتصاديّة ، وأنّ المراهقة قد تسبق سّن 13 سنة بعامين وقد تتأخر إلى 21 سنة أي مابين 11 إلى 21 سنة . (شرادي،2000)

المراهقة هي مرحلة يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسيّة وتنتهي بسّن الرشد وإشراف القوى العقليّة المختلفة على إتمام النضج . (خليل ميخائيل،2000)

لقد اتفقت جميع التعاريف على اعتبار المراهقة بمثابة جسر يمر عليه الفرد من الطفولة إلى غاية الرشد .

التعريف الإجرائي للمراهقة :

هي فترة زمنية من حياة الإنسان تنقله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والبلوغ .

2-1-2- مراحل المراهقة :

يمر المراهق في نموه بثلاثة مراحل ، وقد اختلف العلماء في تحديد زمنها ، لكن الأغلبيّة تشير إلى مايلي :

2-1-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة من 12 إلى 14 سنة :

تتزامن مع النمو السريع الذي يصاحب البلوغ وفي هذه المرحلة يهتم المراهق إهتماما كبيرا بمظهر جسمه وليس بمستغرب أن تسمع من المراهق تعليقات تدل

على أنّه يكره نفسه وفي هذا السن يمثل ضغط الأقران أهم ماشغل بال المراهق . (آخرون،2004،صفحة8)

2-1-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى من 15 إلى 17 سنة :

يملك المراهق في هذه المرحلة طاقة هائلة ، والقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين لإيجاد نوع من التوازن مع العالم الخارجي دون الإعتماد كثيرا على الغير حيث يزداد الشعور بالإستقلالية . (القذافي،1997،صفحة353-354)

2-1-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة 18 إلى 21 سنة :

يشير العلماء إلى أنّ المراهقة المتأخرة تعتبر مرحلة التفاعل وتوحيد أجزاء الشخصيّة والتسابق فيما بينها بعد أن أصبحت الأهداف واضحة والقرارات مستقلة . (زهران،1995،صفحة108)

- ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ سنوات مرحلة المراهقة تبدأ من العمر إحدى عشر (11) سنة ، وتنتهي في العمر الواحد والعشرين (21) سنة .

2-1-3- خصائص مرحلة المراهقة :

- الميل إلى الجنس الآخر وذلك بمحاولة جذب إنتباه الجنس الآخر بطرق مختلفة متباينة .

- الثقة وتأكيد الذات بمحاولة رغم الأفراد المحيطين به على الإعتراف بمكانته وقدراته .

- إعتماد المراهق على نفسه في إتخاذ القرارات وذلك بعد تعرفه على حدود مسؤولياته وحقوقه .(السيد،1998،صفحة279)

- نمو القدرات العقلية والتغير في وظائفه .

- النمو البدني السريع الذي يظهر خلال الزيادة في الوزن والطول .

- التقدم نحو النضج والإستقلالالإنفعالي .

- الرغبة الواضحة في مقاومة السلطة الممثلة في الأسرة سلطة الأب أو الأم وفي المدرسة بسلطة المعلم والمدير .

- اليقظة الدينية والتي تعتبر من أبرز خصائص المراهق وتضافر عدة عوامل كالذكاء وقدرته على التجديد والتصور العقلي وإتساع معارفه .

- الإحتماء في أحلام اليقظة والإنسحاب من الواقع ، النكوص بإرتداء سيكولوجية الطفولة .

عموما هذه الخصائص التي نلاحظها لذى المراهقين ولكن يمكن أن نجدها لدى مراهق ولانجدها عند آخر فهي تختلف بإختلاف شخصية المراهق وظروفه وبيئته الأسرية كما أنّه يمكن أن تكون أكثر حدة عند الآخرين .
(الدهري،2005،صفحة249)

2-1-4- مشكلات المراهقة :

تعتبر المراهقة حرجة وصعبة لما فيها من تغيرات وأثرها على شخصية المراهق

والمجتمع وماينتج عنها من تصرفات غير واضحة ممايؤدي إلى حدوث مشاكل متعددة ونذكر منها :

2-1-4-1- المشاكل النفسية :

تتمثل في الحساسية والصراعات النفسية ، وضعف التوافق النفسي وحدة الإنفعالات والعواطف الجياشة والقلق والخوف والخجل والإنطواء وسرعة التأثر والأحلام المزعجة والنسيان والغيرة والكآبة .

تنجم المشاكل النفسية لدى المراهقين عن التوتر الحامل عن الخجل والتسرع في إتخاذ القرارات ، والمراهق يميل إلى الحرية والتخلص من الواجبات والسلطة الأسرية والمدرسية فينشأ عن ذلك في نفسه الإحباط والشعور باليأس والضياع فالمراهق تنقص من قيمته في المجتمع بغض النظر عن صلاحيتها الداخلية المكتوبة ، وقد يظهرها أحيانا التمرد على الأعراف والتقاليد . (معوض،1971،صفحة72)

2-1-4-2- المشاكل الإجتماعية :

تتمثل في كثرة أوقات الفراغ والثورة على الآخرين لأتفه الأسباب وإختيار الأصدقاء والإرتباك عند مقابلة الآخرين ، والعلاقات مع الجنس الآخر والتعرض للضغوط الإجتماعية . (خير الزرار،1996،صفحة87)

2-1-4-3- مشكلة إختيار المهنة :

يواجه المراهقون مشكلة إختيار المهنة أو العمل الذي سيمارسون حياتهم من خلاله

ويبدئوون في إعداد لهذا الميدان ، إذا كانت هذه المشكلة تأخذ في مراحل العمر السابقة صورة الأحلام الجميلة التي ترتبط بالخيال أكثر من إرتباطها بالواقع عندما يتخيل طفل السادسة أو السابعة نفسه ضابطا أوطبيبا أو مدرس أو نحو ذلك ، فإنّ هذا الخيال ينزل بعد الخامس عشر والسادس عشر إلى أرض الواقع ، عندما يواجه الشباب مشكلة مستقبل حياته .

2-1-4-4- مشكلة وقت الفراغ :

إنّ تحديد معنى هذا الوقت ضروري لأنّ التخطيط لشغله ولإختيار أنواع النشاط المناسبة التي يمكن أن يمارسها الفرد من خلاله تعتمد على تحديده ومعرفة المقصود منه .

ونحن نميل إلى إعتبار وقت الفراغ هو الوقت الذي يقضيه الفرد في نشاط مقيد يتمكن أثناءه من تحقيق بعض ما يرغب فيه ويميل إليه .

وعلى ذلك فوقت الراحة بين ساعات العمل الذهاب إلى المقهى وتناول بعض المأكولات أو المشروبات الخفيفة مثلا ، أو كتبادل بعض الزملاء ، ليس وقت فراغ بالمعنى الذي نقصده لأنّ هذا الوقت جزء من وقت العمل نفسه الذّي لايمكن أن يستمر على وتيرة واحدة وإنّما يحتاج إلى فترات للتوقف لإستجماع نشاط الفرد وتكملة سير العمل ولأنّ الفرد لايحقق نشاطا مفيدا من النوع الذي يميل إليه ويرغب

فيه وإنّما يقضيه بأي شكل كان حتى يبدأ العمل من جديد . (خير الزرار،1996،صفحة89)

2-1-4-5- المشاكل الإنفعالية :

قد تكون مشكلة الإضطرابوالإنفعال بالدرجة الأولى إلى عدم قدرة المراهق على التلاؤم مع البيئة التي يعيش فيها ، والبيئة الخارجية المتمثلة في الأسرة المدرسية ، المجتمع .

وكذلك عجزه المالي الذي يقف دون رغباته وكل هذا يسبب له الضيق والشعور بعدم الطمأنينة ، كما يبدأ مضايقته بسبب مايشعر به من عدم الثقة إذا ماوجد في بعض المرافق الإجتماعية التي يظهر فيها الإشتراك مع الجنس الآخر ، فحينئذ يشعر بالإرتباك بدل الإنسجام .

وهناك ظاهرة أخرى تسبب المضايقات للمراهق وهي أنّ الكبار ينظرون إليه بصفة مازال صغيرا رغم أنّه قد مر بمختلف المراحل فيوجهون إليه إنتقاداتهم الحادة ، فيشعر هذا الأخير بعدم الأمن مما يسبب سوء في توافقه مع الأسرة والمدرسة والمجتمع . (أسعد،1991،صفحة392)

- ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ مشكلات المراهقة من المشكلات الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة فاللوم يوجه إلى المجتمع والمدرسة والهيئات الإجتماعية والبيوت والمنظمات فكلها مسؤولة عن حالة القلق والإضطرابات في الوقت الحالي .

2-1-5- أشكال المراهقة :

2-1-5-1- المراهقة المتوافقة :

الإعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الإستقلالوالإتزان العاطفي الخلو من العنف والتوترات الإنفعالية الحادة ، التوافق مع الوالدين والأسرة ، التوافق المدرسي والإجتماعي ، توافر الخبرات في حياة المراهقة ، عدم الإستغراق في الخيال وأحلام اليقظة ، عدم المعاناة من الشكوك الدينية .

كما أنّها تتأثر بالمعاملة الأسرية السمعة التي تتسم بالحيوية والفهم وإحترام رغبات المراهق ، توفير جو الإختلاطالمتهذب بالجنس الآخر ، حرية التصرف في الأمور الخاصة وعدم تدخل الأسرة في شؤون المراهق الخاصة . (الغزي،1976،صفحة153)

2-1-5-2- المراهقة المتمردة العدوانية :

يمكن إعتبار هذا النوع عكس المراهقة المتوافقة فكل العوامل التي تقود إلى التمرد متوفرة كالتربية القاسية ، ضعف المستوى الإقتصاديوالإجتماعي وعدم إشباع الميول ، هذا كله يساهم في ظهور العدوانية لدى المراهق وهذا مايدفعه للتمرد ، ونجد هذا النوع خاصة عند ذوي العاهات الجسمية . (العيسوي،1987،صفحة144)

ومن مميزاتها الثورة والتمرد ضد الأسرة والمدرسة والسلطة ، الإنحرافات الجنسية والعدوان على الإخوة والزملاء ، تحطيم أدوات المنزل بسبب الشعور بالظلم ، نقص التقدير ، الإستغراق في أحلام اليقظة والتأخر المدرسي ، من أسبابها ظهور

هذا النوع من المراهقة ، التربية الضاغطة وتسلط وقسوة القائمين على تربية المراهق ، الصحة السيئة ، تركيز الأسرة على النواحي الدراسية فقط .

- ضعف المستوى الإقتصاديوالإجتماعي .

- خطأ الوالدين في توجيه المراهقين ونقص إشباع الحاجات والميول .

(زهران،1995،صفحة440)

2-1-5-3- المراهقة المنحرفة :

يتميز المراهق المنحرف بالإنحلال الخلقي التام والإنهيار النفسي ، الجنوح ، الإنحراف الجنسي سوء الخلق ، الفوضى وبلوغ الذروة في سوء التوافق ، البعد عن المعايير الإجتماعية في السلوك . ومن أسبابه ومن العوامل المؤثرة فيه المرور بخبرات شاذة مريرة ، صدمات عاطفية عنيفة ، إنعدام الرقابة الأسرية وضعفها ، القسوة الشديدة في معاملة المراهق ، تجاهل رغباته وحاجات نموه ، الصحبة المنحرفة ، النقص الجسمي أو الضعف البدني ، الشعور بالنقص وسوء الحالة الإقتصادية للأسرة إختلال في التكوين الفردي والفشل الدراسي .

(خليل،1994،صفحة46)

2-1-5-4- المراهقة الإنسحابية :

يسمى أيضا هذا النوع بالمراهقة الإنطوائية لأنّ المراهق يتسم بالعزلة والإنطواء على نفسه فهو شخص ليس إجتماعي ، ومن الأسباب المؤدية لهذا نجد مثلا

اضطراب الجو الأسري وأيضا أخطاء التربية الأسرية كالتسلط وسيطرة الوالدين مما يؤدي إلى قمع طموحات المراهق والإنغلاق على ذاته .
(العيسوي،1987،صفحة145)

كذلك الحماية الزائدة وما يصاحب ذلك من إنكار لشخصية المراهق وتدين المستوى الإجتماعيوالإقتصادي ، سوء الحالة الصحية وعدم إشباع الحاجة للتقرير .

ومن سماتها : التفكير المتمركز حول الذات ، عدم القدرة على مواجهة المواقف الإجتماعية ، الإنطواء العزلة ، الإنغلاق على الذات ، التردد ، الخجل ونقد النظم الإجتماعية . (الغزي،1976،صفحة157)

– ومن خلال استنتاجنالهذه الأشكال نجد إختلافا فيما بينهما فكل شكل وخصائصه وسماته التي تميزه عن الأشكال الأخرى ، وذلك بإختلاف البيئة التي ينشأ فيها المراهق وحسب الرعاية التي يتلقاها .

2-1-6- أهم النضريات المفسرة لمرحلة المراهقة :

2-1-6-1- نظرية التحليل النفسي :

تناول هذا الإتجاه من طرف "فرويد" أهمية الخبرات الأولى في حياة الطفل وتفاعله مع الآخرين وقد ركز في هذه النظرية على النمو الجنسي الذي يتم حسب ثلاثة مراحل وهي المرحلة ماقبل التناسلية التي تنقسم جذورها إلى المرحلة الفمية ، المرحلة الشرجية ، المرحلة القضيبية والمرحلة الثانية هي مرحلة الكمون كما تليها

المرحلة التناسلية حيث أنّها تبدأ مع البلوغ وتنتهي قبيل الشيخوخة ويؤدي التغير الجسماني ونشاط الفرد التناسلية في سن المراهقة إلى أن يبحث المراهق عن هدف يشبع حاجاته الجنسية وهكذا تبدأ الجاذبية الجنسية والنشاطات الجماعية والتخطيط المهني والتأهب للزواج وتكوين أسرة .

وفي نهاية هذه المرحلة يتحول الفرد من النرجسية إلى راشد تسييره الحقيقية الواقعية فيرى "فروي دان" التنظيم النهائي للشخصية هو نتيجة إسهامات هذه المرحلة كلها . (ميزاب،2005،صفحة76-70)

2-1-6-2- نظرية بياجي :

إنّ علم النفس المعرفي ركز على إظهار الجانب العقلي أو المعرفي وتأثيره في تحديد فترة المراهقةوتميزها عن غيرها ، وهذا لايعني أنّه ينكر السمات الأخرى وإنّما يعتبر أنّ المستوى العقلي الذي بلغه الفرد سيوظف في مختلف مظاهر حياته مما يحدث اضطرابات في عملية توافقه مع بيئته . (أوزي،1994،صفحة52)

2-1-6-3- النظرية البيولوجية :

يتزعم هذا الإتجاه "ستانلي هل" ويركز على المحددات الداخليّة للسلوك ويشير إلى أنّ المراهقة تمثل مرحلة تغير شديد مصحوب بالضرورة بتوترات وصعوبات في التكيف ، وأنّ التغيرات الفيزيولوجية تمثل عاملا أساسيا في خلق هذه التوترات والصعوبات . ويشير هل إلى المراهقة بإعتبارها فترة ميلاد جديدة لأنّ الخصائص

الإنسانيّة الكاملة تولد في هذه المرحلة ، وأنّ الحياة الإنفعاليّة للمراهق تكمن في حالات متناقضة ، فمن الحيوية والنشاط إلى الخمول والكسل ومن المرح إلى الحزن ومن الرقة إلى الفظاظة . (ملحم،2004،صفحة345)

2-1-6-4- نظرية المجال النفسي ل "كارت لوين" :

يقول هذا الباحث أنّه لايمكن فهم المراهقة إلا بالإعتماد على التدخل المستمر للعوامل البيولوجية ، النفسيّة والإجتماعية التّي تتم خلالها هذه المرحلة ، فهو يعتمد على الأبعاد الستة المميزة لنظرية المجال ، ويقول أنّ المراهق يعيش وضعا صعبا لأنّ إنتقاله التدريجي من الطفولة إلى الرشد يسبب التوتر الذي يسيطر على حياته ، لأنّ المراهق يحس أنّه عضوا في جماعة الأطفال ولا هو عضو في جماعة الراشدين حيث يرفض الإنتماء إلى الأولى وترفض الثانية الإنتماء إليها ، فيصبح في وضع غير مستقر كما أنّ الفرد عند إنتقاله من الطفولة إلى الرشد يواجه مستقبلا غامضا يؤدي به إلى صراعات متنوعة وينتج عنها اضطراب في سلوكه .

والنضج الجنسي الذي يتم في المراهقة حيث تصبح نظرة الفرد إلى جسمه كنظرة إلى منطقة مجهولة ويؤدي ذلك إلى عدم الثقة بالنفس وبالتالي الصراع والعدوان . (الداهري،2005،صفحة239)

- ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ المراهق يتحول من كائن جنسي قادر على ان يحافظ على نوعه واستمرار سلالته إلى كائن مضطرب ومحبط .

2-1-7- المراهق والمدرسة :

تعتبر الثانوية المؤسسة التربوية التي لها تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته ، هي المؤسسة الأكثر تنظيما في حياة المراهقين بحيث تقدم الفرص للتعلم وتوفير المعرفة كما أنّها توسع الآفاق الذهنية والإجتماعيّة بدمج المراهقين في مجموعة الأقران من خلال النشاطات الرياضية وقامت الباحثة "لبستس" بدراسة هدفت من خلالها إلى التعرف على أفضل المدارس الثانوية عن طريق الإتصالات والملاحظات الميدانيّة للمدارس في الولايات المتحدة الأمريكية حيث تم إختيار أربعة مدارس تتصف بقدراتها على تكييف جميع الممارسات المدرسية لتلائم الفروق الفردية بين الطلبة في جميع الجوانب المعرفية الحسية والإجتماعية بالإضافة إلى التركيز على أهميّة البيئة الإيجابيّة للتطور الإنفعاليوالإجتماعي عند المراهقين حيث إنّ التطور الإجتماعيوالإنفعالي له أهميّة كبيرة في البرامج المدرسيّة التي تعتني بتربيّة المراهقين .

تعتبر المدرسة المؤسسة التربوية الأكثر تنظيما في حياة المراهقين ، حيث أنّها تقدم الفرص للتعلم وإتقان الخبرات والمهارات الجديدة وتهذيب الخبرات المكتسبة وتوفر المعرفة المناسبة حول الإختيارات المهنيّة وبالتالي تعزيز فرص المشاركة في الأنشطة المختلفة والتفاعل مع الأصدقاء . (أبو جادو،2004،صفحة438-439)

2-2- الحجاب

2-2-1- تعريف الحجاب :

2-2-1-1- لغة :

يأتي الحجاب في اللغة بمعنى : الستر ، فيقال حجب الشيء يحجبه حجبا حجابا وحجبه : أي ستره وإمرأة محجوبة : أي أنها سترت بساتر حجبها عن النّاس . (قلعجي،1988،صفحة174)

لقوله تعالى " وبينهما حجاب " . (المصحف الكريم سورة الأعراف الآية 46)

2-2-1-2- اصطلاحا :

هو ستر المرأة جميع بدنها وزينتها ، بما يمنع الأجانب عنها من رؤية شيء من بدنها أو زينتها التّي تتزين بها ويكون إستتارها باللباس وبالبيوت . (الطعان، 2011)

- **التعريف الإجرائي :**

هو عبارة عن رداء ترتديه المرأة المسلمة بغرض ستر جسدها وشعرها عن الظهور للرجال المحرمين عليها .

2-2- أهميّة الحجاب :

* حفظ العرض : الحجاب حراسة شرعيّة لحفظ الأعراض ، ودفع أسباب الفتنة والفساد .

* علامة على العفيفات : الحجاب علامة شرعيّة على الحرائر العفيفات في عفتهنّ

وشرفهنّ وبعدهنّ عن دنس الريبة والشك .

* قطع الأطماع والخواطر الشيطانيّة : الحجاب وقاية إجتماعيّة من الأذى وأمراض قلوب الرجال والنساء ، فيقطع الأطماع الفاجرة ويكف الأعين الخائنة ويدفع أذى الرجل في عرضه ، وأذى المرأة في عرضها ومحارمها ووقاية من رمي المحصنات بالفواحش .

* حفظ الحياء : وهو مأخوذ من الحياة فلا حياة بدونه وهو خلق يودعه الله في النفوس التّي أراد سبحانه تكريمها فيبعث على الفضائل ويدفع وجود الرذائل وخصال الفطرة وخلق الإسلام .

* الحجاب يمنع التبرج والسفور والإختلاط إلى مجتمعات أهل الإسلام .

* الحجاب حصانة ضد الزنا والإباحيّة . (الأهدل،2014)

– ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ الحجاب هو فرض على كل مرأة مسلمة بالغة وعاقلة وعدم إرتدائه يعد مخالفة لشرع الله تعالى وستعاقب على ذلك يوم القيامة .

2-3- الحجاب وأثره في المجتمع :

جاء الإسلام فأضاء الكون بنور تعاليمه ، هاديا إلى إنتهاج سبيل الحق ، رادعا للنفس البشريّة من نوازع الضلال حاثا على إتباع الهدى ، وسلوك طريق الرشاد ، ولما ظهر الإسلام رأى أنّ الذين في قلوبهم مرض وهم أكثرية أبناء البشر قد عميت

منهم البصائر ، واستمالتهم الشهوات ناهيك عن وسوسة الشيطان ... وضعف الإنسان ونحن نرى الإسلام بتشريعاته الساميّة بعيدا عن كل الأهواء والميول ، حريصا على طهارة المرأة المسلمة ، لذلك أمرها بالحجاب محافظة على ماأحبه الله من هالة قدسية ومنزلة رفيعة وأدب وإحتشام وربما أنّ الفتاة لاتتمكن من الصمود أمام تيارات الفسق والإستهتار إلاّ إذا تهذبت تحت شعاع الأخلاق الساميّة ، والعفة والطهارة التّي جاء بها الإسلام ، والتّي وضع القرآن الكريم حدا لها ، وعندما نقرأ القرآن بتمعن وتفهم ، نجد أكثر آياته تحرص المسلمات على الحجاب والحث عليه والتشديد على الإلتزام به حتى لاتقع المرأة المسلمة في مشاكل تكون عواقبها وخيمة والآيات الكريمة التي وردت في القرآن الكريم بخصوص الحجاب قد نزلت امرة المسلمين بالأخذ بها ، والعمل على تطبيقها وليست أوامر إختياريّة بل هي إلزامية . ونرى بعض المسلمين والمسلمات قد قاموا يوازروا بعضهم بعضا داعين إلى تمزيق حجاب المرأة وكسر قيودها وإباحة الإختلاط والتشبه بالأروبيين الأجانب ... ومما لاشك أنّ أكثر الداعين إلى هذه الشرور ، وليس في نفوسهم حمية .. أو شرف. (قنيبي،1987)

– ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ الحجاب طاعة لله تعالى ولرسوله الكريم ، فقد فرض الله الحجاب على المرأة المسلمة ، ويجب عليها أن تلتزم بأمر الله تعالى حتى تنال ثوابه ، وتتجنب عقابه .

3- حصة التربية البدنية والرياضيّة

3-1- تعريف حصة التربية البدنيّة والرياضيّة :

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل : علوم الطبيعة والكيمياء واللغة ، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمده أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحيّة والنفسيّة والإجتماعيّة ، بالإضافة إلى المعلومات والتمرينات والألعاب المختلفة : الجماعية والفردية ، والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا لهذا الغرض . (البسيوني،1992،صفحة94)

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية ، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة ، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة ، بالإضافة إلى مايصاحب ذلك من تعليم مباشر ، وتعليم غير مباشر . (حسن معوض،1968،صفحة102)

- من خلال هذين التعريفين نستنتج أنّ حصة التربية البدنيّة والرياضيّة هي الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية والرياضيّة في مختلف المدارس التعليميّة والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضيّة ، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة .

3-2- أهميّة حصة التربية البدنيّة والرياضيّة :

لحصة التربية البدنية والرياضيّة أهميّة خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم "محمود عوض البسيوني" والذي يقول : تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديميّة مثل العلوم، الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركيّة ولكنّها تمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان ، وذلك بإستخدام الأنشطة الحركيّة مثل التمرينات والألعاب المختلفة (الجماعيّة والفرديّة) ، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض . (البسيوني،1992،صفحة09)

ويحدد "أحمد خاطر" أهميّة حصة التربية البدنية والرياضيّة في إكتساب التلاميذ القدرات الحركيّة وينطلقون بكل قوامهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حضا من غيرهم . (خاطر،1988،صفحة18)

أمّا أهميّة حصة التربية الدنية والرياضية تتجلى عند "كمال عبد الحميد" إنّ حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هي توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع ، فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري الإهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات والفهم ...
(كمال،1994،صفحة177)

– ومن خلال ما تطرقنا إليه سابقا نستنتج بأنّ لحصة التربية البدنية والرياضية أهميّة بالغة فهي عملية نمو مستمرة في جميع المجالات الشخصية .

3-3- أهميّة الممارسة الرياضيّة عند المراهق :

3-3-1- الرياضة عند المراهق :

في مرحلة المراهقة لاتصبح المهارة والتقنية هما الأساسيتين في الرياضة إنّما التلميذ المستعمل لهما أي الإهتمام بقدراته وإمكاناته وميوله التّي تحدد نوع اللعب الرياضي الذي سوف يمارسه ولهذا فإنّ الرياضة تستدعي بعض الشروط حتى يمكن للفرد القيام بها ، والتدريس بالأمور الإجرائيّة ، جاءت لمراعاة المتعلمين بالدرجة الأولى وقدراتهم مما جعلتهم يحبذون النشاط الرياضي ويميلون إليه لتفجير طاقاتهم وشحناتهم . (علاوي،1992،صفحة365)

3-3-2- لكل فرد في الوجود دوافع :تحثه وأسباب واضحة للقيام بعمل ما ، ولقد حدد العالم الباحث Rrdlk أهم الدوافع المرتبطة بالتربية البدنيّة وقسمها إلى نوعين أساسيين :

أولا : الدوافع المباشرة :

– المتعة الجماعيّة بسبب رشاقة ومهارة وجمال الحركات كالتزحلق .

– تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق .

– الإشتراك في المنافسات الرياضيّة والتّي تعتبر ركن من أركان التربية البدنية

الرياضيّة .

– الشعور بالإرتياح كنتيجة للتعب على التدريبات الصعبة والشاقة .

ثانيا : الدوافع غير المباشرة :

– ممارسة النشاط لإسهامه في رفع قدرة الفرد على العمل والإنتاجيّة .

– محاولة إكساب الصحة واللياقة البدنيّة عند ممارسة التربيّة البدنيّة الرياضيّة .

– الوعي بالشعور الإجتماعي الذي تقوم به الرياضة ، إذ يرى الفرد بإنتمائه إلى النوادي الرياضيّة أنّه يمثلها رياضيا وإجتماعيا . (علاوي،1992،صفحة366)

– ومنه استخلصت الباحثتان بأنّ الممارسة الرياضيّة عند المراهق من الأمور التي تساعد على تقليل التوتر والقلق ، إضافة إلى تعزيز الثقة بالنفس .

خلاصة :

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى مفهوم المراهقة ، الحجاب والتربية البدنية الرياضية . فالمراهقة هي مجموعة التغيرات في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والإجتماعي ، فهي مرحلة الإنتقال التي يصبح فيها المراهق رجلا والمراهقة إمرأة عليها ألزم الله تعالى بإرتدائها الحجاب لحماية نفسها وعرضها وهذا بممارستها أيضا للتربية البدنية الرياضة .

خاتمة الباب الأول :

تناولت الطالبتان الباحثتانفي هذا الباب النظري التوافق النفسي الاجتماعي من حيث التعريف ،الأبعاد ،الأعراض، خصائص ،نظريات و أساليب و عوائقهما ،تعريف المراهقة مشاكل نظرياتها و أشكالها و تحديد مرحلة المراهقة و مفهوم الحجاب و أثره في المجتمع و أهميته ،كذلك تطرقنا الى مفهوم التربية البدنية الرياضية و أهمية ممارستها .

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

مدخل الباب الثاني:

لقد تم تقسم هذا الباب إلى فصلين بحيث تطرقتالطالبتان الباحثتان في الفصل الأول المنهجية البحث و اجراءاته الميدانية أما الفصل الثاني تم التطرق فيه عرض و تحليل و مناقشة النتائج ،الاستنتاجات و التوصيات و خلاصة عامة .

الفصل الأول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

تمهيد

1- منهج البحث

2- مجتمع و عينة البحث

3- متغيرات البحث

4- مجالات البحث

5- أدوات البحث المستخدمة

6- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث

7 -مواصفات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

8- التجربة الاستطلاعية

9 -الأسس العلمية للمقياس

10- التجربة الأساسية

11-الوسائل الاحصائية

خلاصة .

تمهيد:

في هذا الجزء الخاص بالجانب التطبيقي ,قمنا بالدراسة الميدانية عن طريق توزيع الاستبيان على تلميذات المحجباتللتعليم الثانوي "أولى ثانوي", و الذي تتمحور اسئلته حول الفرضيات المقترحة.

1. منهج البحث:

استخدمت الطالبتان الباحثتان في هذه الدراسة المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة لملائمة أغراض الدراسة وذلك عن طريق مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ،الذي طبق على التلميذة المحجبة الممارسة وغير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية.

2 . مجتمع وعينة البحث :

2-**1 مجتمع البحث** :يتكون مجتمع بحثنا هذامن تلميذات المحجباتللسنة أولى بالطور الثانوي الممارسات و غير الممارسات لحصة التربية البدنية و الرياضية بولايةمستغانم للموسمالدراسي 2018-2019

2-2 عينة البحث:تم اختيار عينة البحث بالطريقة المقصودة وبلغ حجم العينة (90) تلميذة محجبة ،50 تلميذة محجبة ممارسة و 40 تلميذة محجبة غير ممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية .

3. الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث :

- نفس الجنس " اناث".- الشعبة .

- توزيع الاستبيان "الفترة الصباحية " - السن .

- نفس المنطقة الجغرافية ولاية مستغانم .

4. مجالات البحث :

أ. المجال البشري:

طبق البحث على تلميذات المحجبات أولى ثانوي ممارسات و غير الممارسات ،حيث بلغ عددهم90 تلميذة محجبة للموسم الدراسي 2018.2019

ب.المجال المكاني:

أنجز هذا البحث على مستوى 4 ثانويات بولاية مستغانم (ثانوية الاخوة والي "عين النويصي" ، ثانوية معروف الشارف " فرناكة"، ثانوية محمد بومدين "حاسي مماش " ثانوية لطروشجيلالي "مزغران" ،) حيث تم توزيع الاستبيان في الملعب المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية .

ج. المجال الزماني :

انطلقنا في انجاز البحث ابتداء من تاريخ 17نوفمبر 2018 إلى غاية 10 جانفي 2019 حيث تم جمع المادة الخبرية الخاصة بالبحث.

أما فيما يخص الدراسة الميدانية فقد شرعنا في توزيع الاستمارات على التلميذات

المحجبات ابتداء من13-03-2019 وتم استلامها يوم 20-03-2019، وبعدها قمنا بتفريغ الاستبيان وإجراء العمليات الإحصائية ثم عملية التحليل ومناقشة النتائج إلى الخلاصة العامة والتوصيات المقترحة يوم15-05-2019.

5. أدوات البحث المستخدمة :

حتى يتمكن الباحث من انجاز بحثه على أكمل وجه لابد من الاستعانة بالأدوات و الوسائل التي تساعده :

أ . المصادر و المراجع .

ب . استبيانالتوافق النفسي الاجتماعي.

6. مواصفات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

استخدمنا في دراستنا هذا المقياس والذّي أعدته الباحثة المصرية رشا عبد الرحمان محمود والي ، حيث يقيس إشباع التلميذ لحاجاته النفسيّة وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسيّة وكذلك استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميميّة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد قيم مجتمعه ، وبعد إطلاع الباحثة على العديد من المراجع والمقاييس المرتبطة بهذا المقياس اقترحته مع العلم أنّه يقيس بعدين أساسيين هما : التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، حيث يحتوي كل محور على ستة (6) أبعاد (مجالات) وهذه الأبعاد هي :

التوافق النفسي :

– المهارات الشخصيّة : تعني التمتع ببعض القدرات الخاصة التي تميز تلميذا عن آخر . (78.73.69.60.49.37.25.13.1)

– الإحساس بالقيمة الذاتيّة : إدراك التلميذ لذاته ولعلاقته بالعلم المحيط ووعيه بخصاله وقدراته . (50.38.26.14.2) .

– الاعتماد على النفس : مدى قدرة التلميذ على تلبية حاجياته لنفسه مع مراعاة المرحلةالسنيّة وما يتناسب معها من قدرات.(39.27.15.3)

– التحرر من الميل إلى الانفراد: قدرة التلميذ على الاندماج مع أقرانه في نفس المرحلة السنيّة وعدم الانطواء على نفسه.(74.61.51.40.28.16.04)

– الحالة الصحية : تعني حالة كون التلميذ لائقا من الناحيّة البدنيّة والعقليّة والنفسيّة . (75.70.62.52.41.29.17.05)

– الحالة الانفعالية : قدرة التلميذ على التحكم في انفعالاته في مختلف مواقف الحياة . (63.53.42.30.18.06)

التوافق الاجتماعي :

–اللياقة في التعامل مع الاخرين : قدرة التلميذ على التعامل مع الاخرين من زملاء وأقارب وجيران اللذين لا يعرفهم بطريقة لائقة .(54.43.31.17.07).

–الامتثال للجماعة : شعور التلميذ الى جماعة تتقبله ويتقبلها ،وشعور بالطمأنينة

ويشبع حاجاته الانتمائية وحاجاته التي تتلف بالمركز و المكانة.

(79.76.71.64.55.44.32.20.08)

– القدرة على القيادة : تمتع التلميذ بمجموعة من السمات التي تميزه عن أقرانه وتؤهله لأن يقوم بعملية التأثير في الجماعة ،و من هذه السمات :الذكاء ،القدرة على تحمل المسؤولية والقدرة على المثابرة ،الالتزام ،المشاركة.(65.56.45.33.21.09).

–العلاقات في الأسرة : مدى قدرة التلميذ في التعامل و التفاعل مع أفراد أسرته ،ومدى ترابطه معهم وتوافر الحب.(66.57.46.34.22.10).

–العلاقات في المدرسة :مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع ادارة المدرسة بما تحتويه من زملاء.(80.77.72.58.47.35.23.11).

–العلاقات في البيئة المحيطة :مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع عناصر البيئة بما تحويه من أفراد سواء في الاتجاه السلبي أو الايجابي.(68.59.48.36.24.12).

و بالتالي توفر لدينا مقياس يضم 80 عبارة ككل.

ثم قامت الطالبتان بعرض المقياس على المشرف ومجموعة من الدكاترة في مجال التخصص لبيان مدى صلاحية فقرات المقياس في قياس التوافق النفسي الاجتماعي ،

و بعد ذلك تم وضع المقياس في استمارة استبيان.

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات
التوافق النفسي		
01	المهارات الشخصية	9
02	الاحساس بالقيمة الذاتية	5
03	الاعتماد على النفس	4
04	التحرر من الميل الى الانفراد	7
05	الحالة الصحية	8
06	الحالة الانفعالية	6

جدول (1) يمثل توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق النفسي

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات
	التوافق الاجتماعي	
01	اللياقة في التعامل مع الاخرين	5
02	الامتثال للجماعة	9
03	القدرة على القيادة	6
04	العلاقات في الأسرة	6
05	العلاقات في المدرسة	8
06	العلاقات في البيئة المحيطة	6

جدول رقم (2) يمثل توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق الاجتماعي.

وعليه تقترح الطالبتان تقسيم التوافق النفسي الاجتماعي الى مستويين (منخفض،مرتفع) وهذا مع كل بعد من أبعاد المقياس .

مثال : في المهارات الشخصية مدى الدرجات من 9 الى 18 و منه نلاحظ وجود 9 درجات وبتقسيم 9 على 2 و التي هي عدد المستويات المقترحة نجد 4.5 درجة و بعملية بسيطة نجد أن المدى الأول المنخفض محصور بين 9 و 13.5 وهكذا نعمل

مع جميع الأبعاد.

	مفتاح تصحيح المقياس	
أبعاد المقياس	منخفض	مرتفع
المهارات الشخصية	13.5-9	18-13.5
الاحساس بالقيمة الذاتية	7.5-5	10-7.5
الاعتماد على النفس	6-4	8-6
التحرر من الميل الى الانفراد	10.5-7	14-10.5
الحالة الصحية	12-8	16-12
الحالة الانفعالية	9-6	12-9
اللياقة في التعامل مع الاخرين	7.5-5	10-7.5

الامتثال للجماعة	13.5-9	18-13.5
القدرة على القيادة	9-6	12-9
العلاقات في الأسرة	9-6	12-9
العلاقات في المدرسة	13.5-8	18-13.5
العلاقات في البيئة المحيطة	9-6	12-9

جدول رقم '03' يوضح مفتاح تصحيح مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

طريقة تقييم درجات المقياس:

تتم طريقة تقييم المقياس وذلك من خلال تفريغ كل بعد على حدى من مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

جدول (3) يمثل طريقة تقييم مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي	نعم	لا
تقييم المقياس	2	1

7 التجربة الاستطلاعية :

التجربة الاستطلاعية هي تجربة صغيرة يقوم بها الباحث لاختيار مدى تغير صلاحية التجربة الأساسية ،و تكمن أهميتها في الوقوف على السلبيات التي تواجه الباحث لتفاديها في التجربة الأساسية.

اذ قامت الباحثتان باستطلاع مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على (10) تلميذات بغية التعرف على أهم الصعوبات التي تواجه الباحثين أثناء قيامهما بالتجربة الأساسية.

8 الخصائص السيكو مترية لأداة القياس :

من أجل استخدام المقاييس وتطبيق والاختبارات ينبغي مراعاة الشروط و الأسس العلمية المتمثلة في الصدق والثبات والموضوعية.

8-1 الصدق :

حيث اعتبر أحمد العساف صالح الاختبار صادقا "اذا قاس ما أعد لقياسه فقط ،اما اذا أعد لسلوك ما وقاس غيره لا تنطبق عليه صفات الصدق. (صالح أ.، 1989، صفحة 429).

ومن أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا صدق المحتوى .

8-2. صدق المحتوى:

يهتم بتحليل الفقرات فرديا أو جماعيا، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من دكاترة المعهد بلغ عددهم (5) محكما (أنظر الى الملاحق) مشهودا لهم بالخبرة و الكفاءة في مجال التدريس.

8-3 الثبات :

يمثل العامل الثاني في الأهمية بعد الصدق في عملية بناء وتقنين الاختبارات وهو يعني أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق والموضوعية والاطراف فيما وضع لقياسه.(رضوان، 2008، صفحة 278)

8-4 الموضوعية :

موضوعية الاختبار ترجع في الأصل إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة به. (رضوان ،2008، صفحة 86).

وبما أنه تم عرض مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على الأساتذة المحكمين من أجل توضيح العبارات وصياغتها بطريقة مفهومة وسهلة والحصول على صدق المقياس ,بالإضافة إلى إيجاد ثباتهما عن طريق تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه.

9- الأسس العلمية للمقياس:

ثبات و صدق المقياس :

قامت الباحثتان بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت على المتغيرات (نفس المكان و ننفس العينة).حيث تم حساب الثبات عن طريق معاملات

الارتباط بين الدرجات التي تحصلت عليهاالتلميذات في المرة الأولى و المرة الثانية ،فاذا ثبتت الدرجات في الاختبارين وتطابقتنقول أن درجات الاختبار كبيرة ،بينما صدق المقياس استخدمنا معامل الصدق الذاتيوالذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

الابعاد	حجم العينة	درجة الحرية (ن-1)	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق
المهارات الشخصية	10	9	0,05	0,76	0,9	0,94
الاحساس بالقيمة الذاتية					0,85	0,92
الاعتماد على النفس					0,87	0,93
التحرر من الميل الى لانفراد					0,83	0,91
الحالة الصحية					0,91	0,95
الحالة الانفعالية					0,96	0,97
اللياقة في التعامل مع الاخرين					0,81	0,9
الامتثال للجماعة					0,89	0,94
القدرة على القيادة					0,92	0,95
العلاقات في الأسرة					0,79	0,88
العلاقات في المدرسة					0,77	0,87
العلاقات في البيئة المحيطة					0,78	0,88

الجدول (04) يبين معاملات الصدق والثبات لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي ككل بأبعاده 12

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (4) والذي يبين قيمة معامل الارتباط البسيط ،وجدت– ر– المحسوبة محصورة بين (0.77) و(0.96) لدىمحاور التوافق النفسي الاجتماعي وبالرجوع إلى جدول قيم دلالات الارتباط البسيط ومقارنة قيمة –ر – المحسوبة مع الجدولية والمقدرة بـ(0.76) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (9) تبين لنا أن قيمة –ر– المحسوبة أكبر من قيمة – ر– الجدولية ومنه يمكن القول بأن الاختبار يتميز بدرجة عالية من الثبات.

أما فيما يخص صدق الاختبار لمجالات مهارات الاتصال تبين لنا بأنه يتميز بدرجة صدق عالية كون القيم المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي كانت تتراوح ما بين (0.87) و(0.97) وهي أكبر من قيمة – ر– الجدولية المقدرة بـ (0.76) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (9).

10– التجربة الأساسية :

شرعتا الطالبتان الباحثتان بتطبيق مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على أفراد عينة البحث من التلميذات المحجبات الممارسات و عددهم (50) و المحجبات غير الممارسات وعددهم (40) .

11– الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثتان الحقيبة الاحصائيةI « Excel « لغرض ايجاد المعالجات الاحصائية :

11-1. المتوسط الحسابي:

$$\bar{س} = \frac{مج\ س}{ن}$$

مج= اختصار كلمة مجموع.

س= درجات المفحوص.

ن= عدد أفراد العينة.

11-2. الإنحراف المعياري:

$$ع = \frac{(مج\ س - \bar{س})^2}{ن}$$

ع = الانحراف المعياري.

س= الدرجات المعيارية.

$\bar{س}$ = المتوسط الحسابي.

ن =مجموعة العينة.(الشربيني، 1995، صفحة 132)

11-3. اختيار –ت- ستودينت-: STUDENT-T-TEST

$$ت = \frac{\bar{س}_1 - \bar{س}_2}{\sqrt{\frac{ع_1^2 + ع_2^2}{ن - 1}}}$$

11-4. درجة الحرية:

دح = ن –1

الخلاصة :

احتوى هذا الفصل على منهجية البحث والإجراءات الميدانية، وشمل على الدراسة الاستطلاعية، والتي تطرقنافيها إلى الغرض من الدراسة ووصف عينة الدراسة وإجراءات الدراسة بالإضافة إلى الأدوات المستعملة وتتمثل في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي وطريقة تقييم الدرجات ثم إلى الخصائص السيكو مترية لأداة القياس ثم إلى الوسائل الإحصائية المستعملة وبعدها إلى تحليل ومناقشة نتائج هذه الدراسة و شمل أيضا على الدراسة الأساسية وتطرقنا من خلالها إلى منهج البحث ثم إلى مجتمع البحث ثم عينة البحث ومجالاتها و متغيراتها وصولا إلى الوسائل والمعادلات الإحصائية المستعملة والتي تتناسب مع موضوع البحث.

الفصل الثاني

عرض و مناقشة النتائج .

تمهيد

* عرض و تحليل نتائج الدراسة .

* الاستنتاجات.

*مناقشة و تفسير النتائج

*الاقتراحات و التوصيات

*الخلاصة العامة

تمهيد :

خصصناهذا الفصل إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج قصد إعطاء للبحث المنهجية العلمية والتربوية وكذا معرفة مدى صدق الفرضيات التي تم طرحها في بداية البحث.

2-1. عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتحصل عليها من الدراسة الإحصائية بعد تفريغ الاستمارات الموجهة للتلميذات المحجبات الممارسات لتربية البدنية و الرياضية .

التوافق النفسي للممارسات :

البعد الاول	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
المهارات الشخصية	**9.58**	**0.16**	**13.5-9**	**18-13.5**

جدول رقم 5 يوضح مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجبات الممارسات .

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 5 الذي يوضح مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 9.58 و هو يقع ضمن المجال (9-18) الذي يشير الى مستوى منخفض للمهارات الشخصية

للتلميذات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثاني	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإحساس بالقيمة الذاتية	**7.32**	**0.18**	**5-7.5**	**7.5-10**

جدول رقم 6 يوضح مستوى الإحساس بالقيمة الذاتيّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 6 الذي يوضح مستوى الإحساس بالقيمة الذاتيّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 7.32 و هو يقع ضمن المجال (5-10) الذي يشير الى مستوى منخفضللإحساس بالقيمة الذاتيّة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثالث	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإعتماد على النفس	**6.36**	**0.10**	**4-6**	**6-8**

جدول رقم 7 يوضح مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات الممارسات

التعليق على الجدول :.

من خلال الجدول رقم 7 الذي يوضح مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب6.36 و هو يقع ضمن المجال (4-8) الذي يشير الى مستوى مرتفع للإعتماد على النفس للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الرابع	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
التحرر من الميل إلى الإنفراد	**10.38**	**0.25**	**7-10.5**	**10.5-14**

جدول رقم 8 يوضح مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات المحجبات الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 8الذي يوضح مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 10.38 و هو يقع ضمن المجال (7-14) الذي يشير الى مستوى منخفض للتحرر من الميل إلى الإنفراد للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الخامس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الحالة الصحيّة	**11.84**	**0.26**	**12-8**	**14-12**

جدول رقم 9 يوضح مستوى الحالة الصحيّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 9 الذي يوضح مستوى الحالة الصحيّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 11.84 و هو يقع ضمن المجال (8-16) الذي يشير الى مستوى منخفضللحالة الصحيّة للتلميذات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد السادس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الحالة الإنفعاليّة	**9.58**	**0.16**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 10 يوضح مستوى الحالة الإنفعاليّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات .

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 10 الذي يوضح مستوى الحالة الإنفعاليّة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 9.58 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى مرتفع للحالة الإنفعاليّة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

التوافق الاجتماعي للممارسات :

البعد الأول	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
اللياقة في التعامل مع الآخرين	**7.54**	**0.15**	**5-7.5**	**7.5-10**

جدول رقم 11 يوضح مستوى اللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات الممارسات .

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 11 الذي يوضح مستوى اللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 7.54 و هو يقع ضمن المجال (5-10) الذي يشير الى مستوى مرتفع للياقة في التعامل مع الآخرين للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثاني	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإمتثال للجماعة	**13.92**	**0.31**	**9-13.5.**	**13.5-18**

جدول رقم 12 يوضح مستوى الإمتثال للجماعة لدى التلميذات المحجبات الممارسات.

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 12 الذي يوضح مستوى الإمتثال للجماعة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 13.92 و هو يقع ضمن المجال (9-18) الذي يشير الى مستوى مرتفعللإمتثال للجماعة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثالث	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
القدرة على اللياقة	**9.52**	**0.19**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 13 يوضح مستوى القدرة على اللياقة لدى التلميذات المحجبات الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 13 الذي يوضح مستوى القدرة على اللياقة لدى التلميذات المحجباتالممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 9.52 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مرتفعمتوسط للقدرة على اللياقة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الرابع	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في الأسرة	**9.96**	**0.15**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 14 يوضح مستوى العلاقات في الأسرة لدى التلميذات المحجبات الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 14 الذي يوضح مستوى العلاقات في الأسرةلدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 9.96 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى مرتفع للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الخامس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في المدرسة	**13.28**	**0.24**	**8-13.5**	**13.5-16**

جدول رقم 15 يوضح مستوى العلاقات في المدرسةلدى التلميذات المحجبات الممارسات.

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 15 الذي يوضح مستوى العلاقات في المدرسة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 13.28 و هو يقع ضمن المجال (8-16) الذي يشير الى مستوى منخفضللعلاقات في المدرسة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد السادس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في البيئة المحيطة	**9.52**	**0.17**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 16 يوضح مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات المحجبات الممارسات.

التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم 16 الذي يوضح مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات المحجبات الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 9.52 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى مرتفعللعلاقات في البيئة المحيطة للتلميذات المحجبات الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

التوافق النفسي لغير الممارسات :

البعد الأول	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
المهارات الشخصية	**13.32**	**0.38**	**9-13.5**	**13.5-18**

جدول رقم 17 يوضح مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجباتغير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 17 الذي يوضح مستوى المهارات الشخصية لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 13.32 و هو يقع ضمن المجال (9-18) الذي يشير الى مستوى منخفض للمهارات الشخصية للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثاني	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإحساس بالقيمة الذاتيّة	**7.55**	**0.18**	**5-7.5**	**7.5-10**

جدول رقم 18 يوضح مستوى الإحساس بالقيمةالذاتيّة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 18 الذي يوضح مستوى الإحساس بالقيمة الذاتيّة لدى التلميذات المحجبات غيرالممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 7.55 و هو يقع ضمن المجال (5-10) الذي يشير الى مستوى منخفض للإحساس بالقيمة الذاتيّة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثالث	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإعتماد على النفس	**5.95**	**0.12**	**4-6**	**6-8**

جدول رقم 19 يوضح مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 19 الذي يوضح مستوى الإعتماد على النفس لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 5.95 و هو يقع ضمن المجال (4-8) الذي يشير الى مستوى منخفض للإعتمادعلى النفس للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الرابع	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
التحرر من الميل إلى الإنفراد	**10.5**	**0.28**	**7-10.5**	**10.5-14**

جدول رقم 20 يوضح مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات المحجباتغير الممارسات.

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 20 الذي يوضح مستوى التحرر من الميل إلى الإنفراد لدى التلميذات المحجباتغير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 10.5 و هو يقع ضمن المجال (7-14) الذي يشير الى مستوى منخفضللتحرر من الميل إلى الإنفراد للتلميذات المحجباتغير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الخامس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الحالة الصحية	**10.65**	**0.25**	**8-12**	**12-16**

جدول رقم 21 يوضح مستوى الحالة الصحيّة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 21 الذي يوضح مستوى الحالة الصحيّة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 10.65 و هو يقع ضمن المجال (8-16) الذي يشير الى مستوى منخفض للحالة الصحيّة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد السادس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الحالة الإنفعاليّة	**8.72**	**0.21**		

جدول رقم 22 يوضح مستوي الحالة الإنفعاليّة لدى التلميذات المحجباتغير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 22 الذي يوضح مستوى الحالة الإنفعاليّة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 8.72 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى منخفض للحالة الإنفعاليّة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

التوافق الاجتماعي لغير الممارسات:

البعد الأول	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
اللياقة في التعامل مع الآخرين	**7.40**	**0.17**	**5-7.5**	**7.5-10**

جدول رقم23 يوضح مستوىاللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات.

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 23 الذي يوضح مستوى اللياقة في التعامل مع الآخرين لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 7.40 وهو يقع ضمن المجال (5-10) الذي يشير الى مستوى منخفض للياقةفي التعامل مع الآخرين للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثاني	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
الإمتثال في الجماعة	**12.95**	**0.35**	**13.5-9**	**18-13.5**

جدول رقم 24 يوضح مستوىالإمتثال في الجماعة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 24 الذي يوضح مستوى الإمتثال في الجماعة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 12.95 و هو يقع ضمن المجال (9-18) الذي يشير الى مستوى منخفضللإمتثال في الجماعة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الثالث	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
القدرة على القيادة	**8.70**	**0.23**	**9-6**	**12-9**

جدول رقم 25 يوضح مستوى القدرة على القيادة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 25 الذي يوضح مستوى القدرة على القيادة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 8.70 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى منخفض للقدرة على القيادة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الرابع	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في الأسرة	**8.65**	**0.19**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 26 يوضح مستوى العلاقات في الأسرة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 26 الذي يوضح مستوى العلاقات في الأسرةلدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 8.65 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى منخفضللعلاقات في الأسرة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد الخامس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	السلـــم	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في المدرسة	**11.64**	**0.29**	**13.5-8**	**18-13.5**

جدول رقم 27 يوضح مستوىالعلاقات في المدرسة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات

التعليق على الجدول :

من خلال الجدول رقم 27 الذي يوضح مستوى العلاقات في المدرسة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 11.64 و هو يقع ضمن المجال (8-16) الذي يشير الى مستوى منخفض للعلاقات في المدرسة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

البعد السادس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مفتاح تصحيح المقياس	
			منخفض	مرتفع
العلاقات في البيئة المحيطة	**8.65**	**0.20**	**6-9**	**9-12**

جدول رقم 28 يوضح مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات.

التعليق على الجدول

من خلال الجدول رقم 28الذي يوضح مستوى العلاقات في البيئة المحيطة لدى التلميذات المحجبات غير الممارسات يتضح ان المتوسط الحسابي قد قدر ب 8.65 و هو يقع ضمن المجال (6-12) الذي يشير الى مستوى منخفضللعلاقات في البيئة المحيطة للتلميذات المحجبات غير الممارسات للتربية البدنية والرياضية.

عرض و تحليل نتائج التلميذات الممارسات و غير الممارسات من حيث التوافق النفسيالاجتماعي :

1 التوافق النفسي :

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد المهارات الشخصيةلاختبار قياس التوافق النفسي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
1 المهارات الشخصية	13.26	0.33	13.32	0.38	0.12	1.98	88	0.05	غير دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم "29" أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للمهارات الشخصية كانت قيمتها 0.12 و هي أقل من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني عدم وجدود فروق دالة احصائيا .

الاستنتاج :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسات وغير الممارسات في المهارات الشخصيّة .

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الاحساس بالقيمة الذاتية لاختبار قياس التوافق النفسي:

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
2 الاحساس بالقيمة الذاتية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	7.32	0.18	7.55	0.18	0.87	1.98	88	0.05	غير دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم "30" أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للإحساس بالقيمة الذاتية كانت قيمتها 0.87 و هي أقل من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند

مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني عدم وجدود فروق دالة احصائيا .

الاستنتاج :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسات وغير الممارسات في الاحساس بالقيمة الذاتية.

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الاعتماد على النفس لاختبار قياس التوافق النفسي :

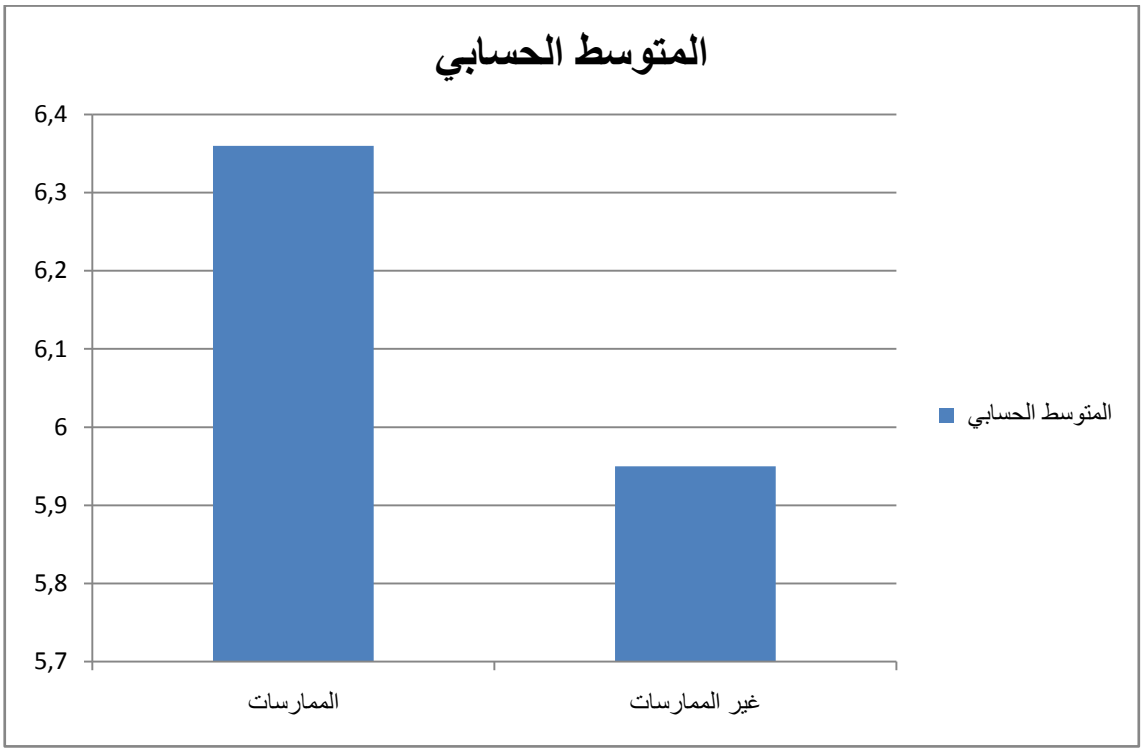
	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
3 الاعتماد على النفس	6.36	0.10	5.95	0.12	2.49	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم "31" أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للاعتماد على النفس كانت قيمتها 2.49 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند

مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق ذات دلالة إحصائيّة لصالح المتوسط الحسابي الأكبر حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات ب6.36 و هو اكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات الذي قدر ب 5.95 ،وهذا يعني أن التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في الاعتماد على النفس.

الاستنتاج :

توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسات وغير الممارسات في الاعتماد على النفس لصالح الممارسات.



الشكل البياني رقم 01 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإعتماد على النفس لإختبار قياس التوافق النفسي.

- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد التحرر من الميل الى الانفراد لاختبار قياس التوافق النفسي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2 -2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
4ا التحرر من الميل الى الانفراد	**10.38**	**0.25**	**10.5**	**0.28**	**0.31**	**1.98**	**88**	**0.05**	غير دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 32 أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة التحرر من الميل الى الانفراد كانت قيمتها 0.31 و هي أقل من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني عدم وجدود فروق دالة احصائيا .

الاستنتاج :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسات وغير الممارسات في التحرر من الميل الى الانفراد .

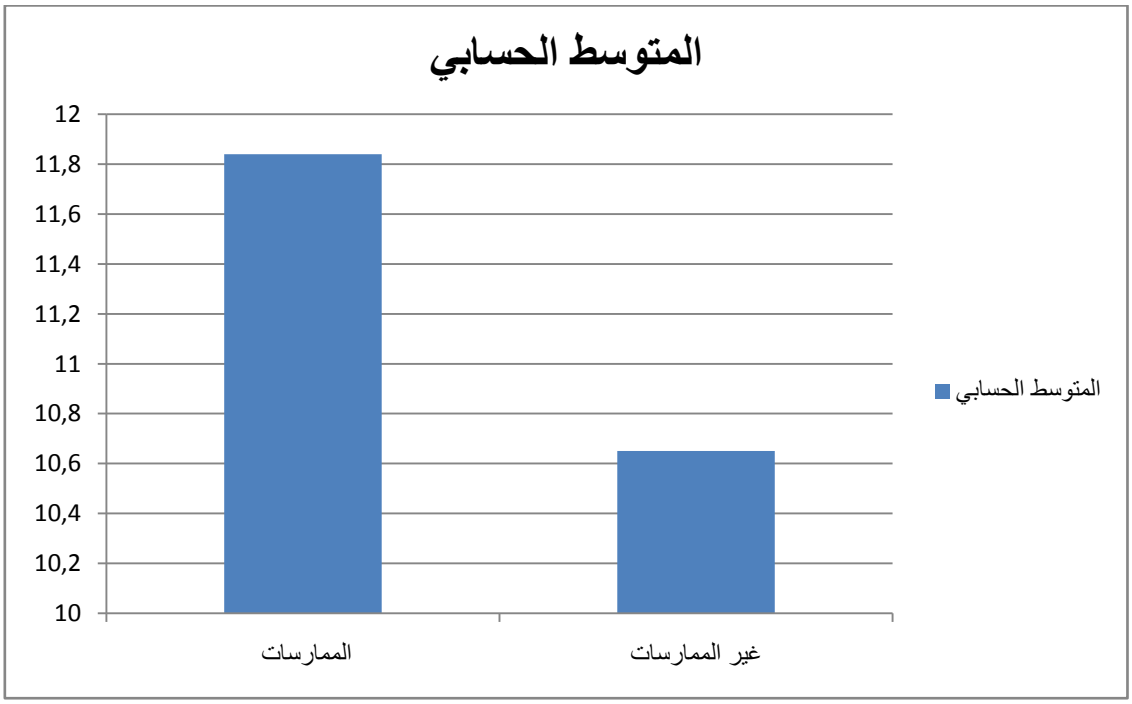
- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الصحية لاختبار قياس التوافق النفسي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
5 الحالة الصحية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	11.84	0.26	10.65	0.25	3.14	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 33 أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للحالة الصحية كانت قيمتها 3.14 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات ب 11.84 و هو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات قدر ب 10.68 و هذا يعني أن التلميذات الممارسات هم أحسن من غير الممارسات في الحالة الصحية .

الاستنتاج:

توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الممارسات وغير الممارسات في الحالة الصحية لصالح الممارسات.



الشكل البياني رقم 02 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الصحيّة لإختبار قياس التوافق النفسي .

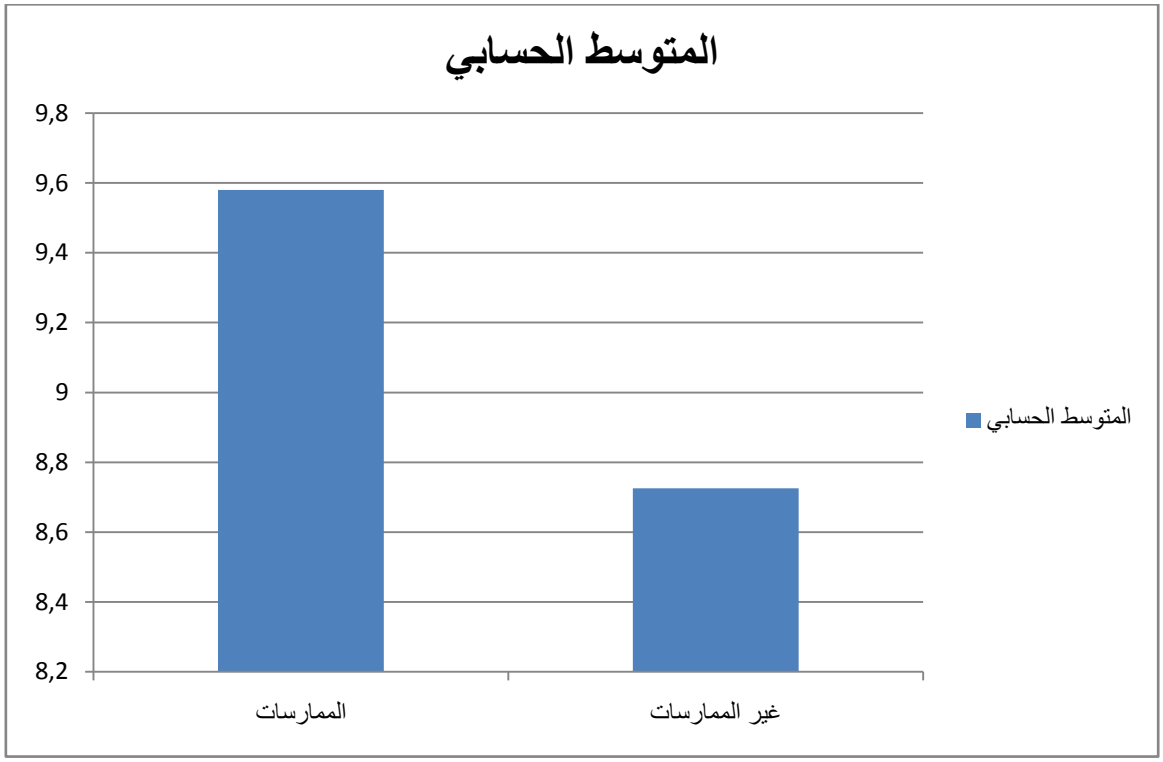
- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الانفعالية لاختب

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
6 الحالة الانفعالية	9.58	0.16	8.72	0.21	3.15	1.98	88	0.05	**دال**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 34 أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للحالة الانفعالية كانت قيمتها 3.15 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات ب 9.58 و هو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات الذي قدر ب 8.72 و هذا يعني أن التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في الحالة الانفعالية .

الاستنتاج :

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسات و غير الممارسات في الحالة الانفعالية لصالح الممارسات .



الشكل البياني رقم 03 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الحالة الإنفعاليّة لإختبار قياس التوافق النفسي .

-التوافق الاجتماعي:

- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد اللياقة في التعامل مع الاخرين لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
1 اللياقة في التعامل مع الاخرين	7.54	0.15	7.4	0.17	0.59	1.98	88	0.05	غير دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 35 أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة اللياقة في التعامل مع الاخرين كانت قيمتها 0.59 و هي أقل من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني عدم وجدود فروق دالة احصائيا .

الاستنتاج :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسات و غير الممارسات في اللياقة في التعامل مع الاخرين

- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الامتثال للجماعة لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

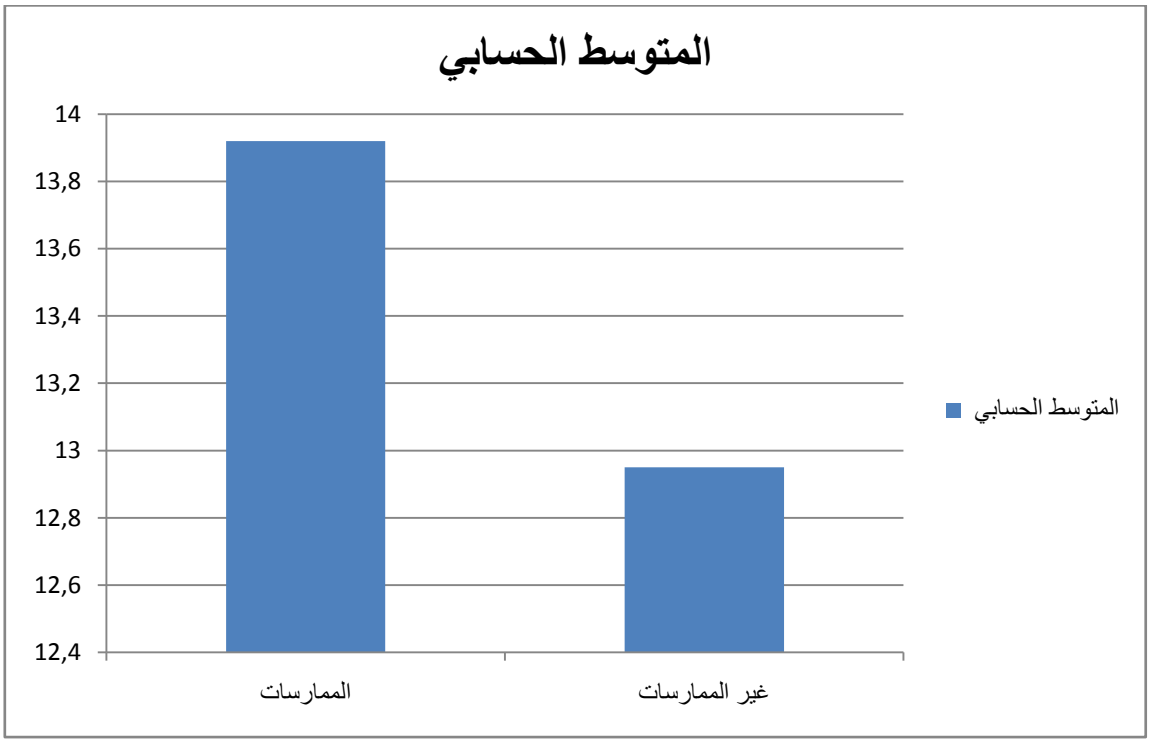
	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
2 الامتثال للجماعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	13.92	0.31	12.95	0.35	2.04	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 36 أعلاه أن قيمة "ت " المحسوبة للاعتماد على النفس كانت قيمتها 2.04 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المتوسط الحسابي الأكبر ،حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات ب13.92 و هو اكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات الذي قدر ب 12.95 وهذا يعني أن

التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في الامتثال للجماعة .

الاستنتاج :

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسات وغير الممارسات في الامتثال للجماعة لصالح الممارسات .



الشكل البياني رقم 04 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الإ متثال للجماعة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد القدرة على القيادة

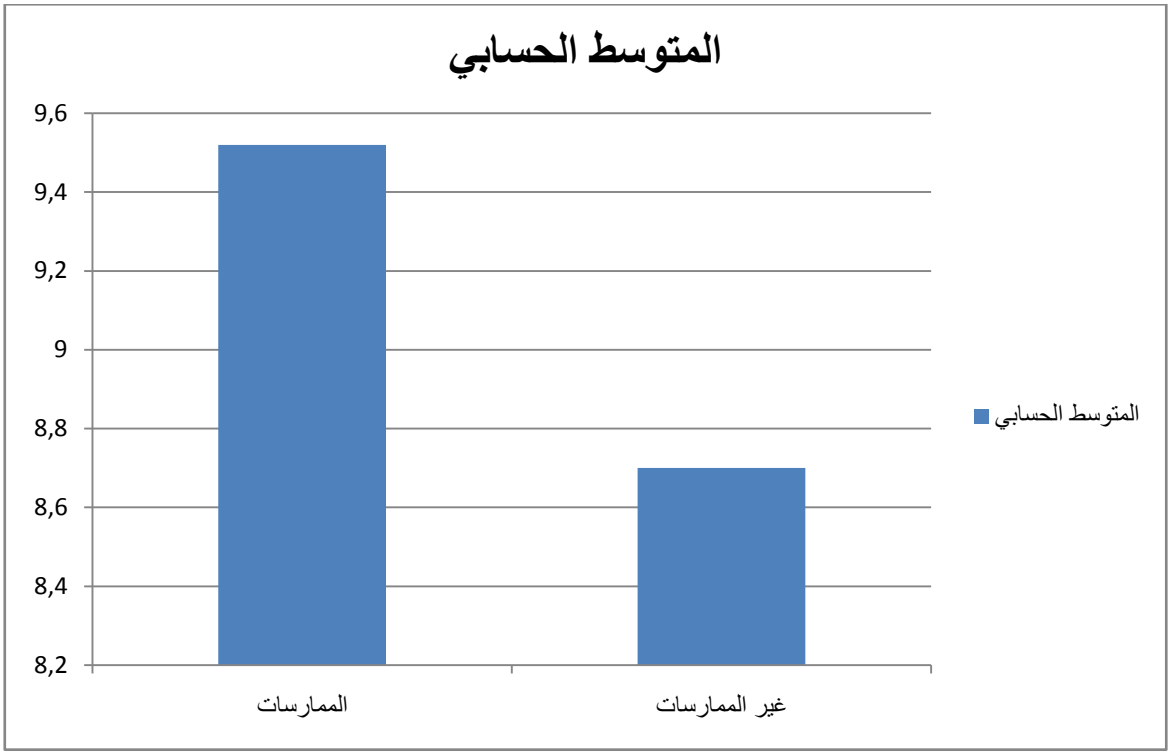
لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
3 القدرة على القيادة	9.52	0.19	8.70	0.23	2.64	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 37أعلاه أن قيمة "ت " القدرة على القيادة كانت قيمتها 2.64 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابي الأكبر ,حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات قدر ب 9.52 و هو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات قدر ب 8.70 ، وهذا يعني أن التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في القدرة على القيادة.

الاستنتاج :

توجد فروق بين الممارسات و غير الممارسات في القدرة على القيادة لصالح الممارسات.



الشكل البياني رقم 05 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد القدرة على القيادة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي .

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في الأسرة لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

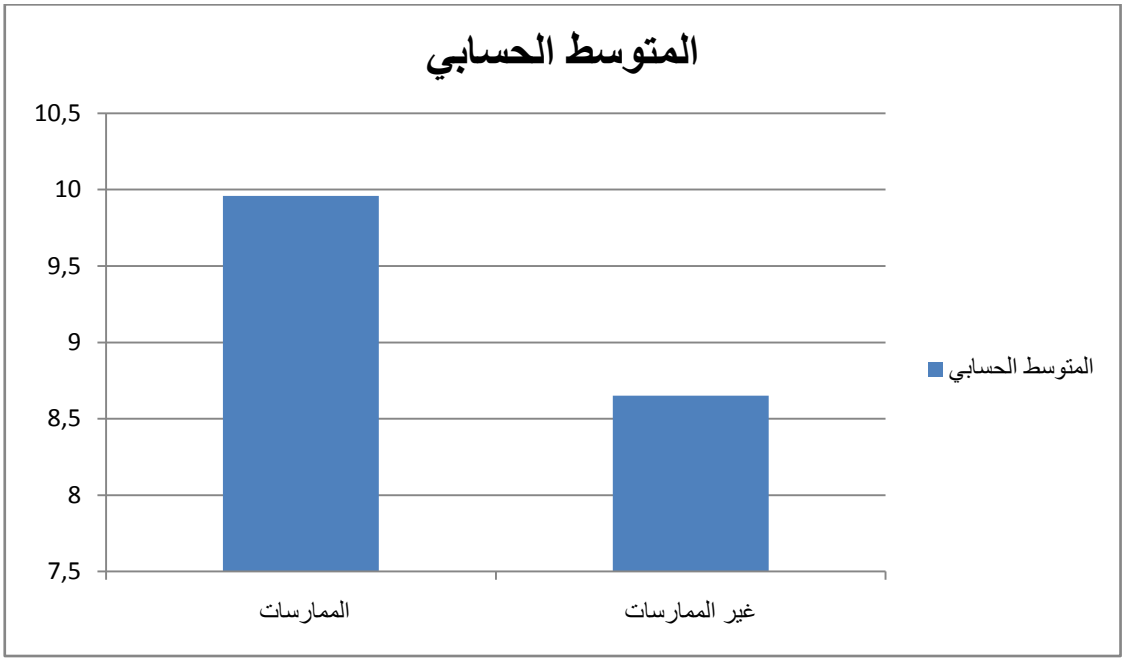
	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
4 العلاقات في الاسرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	9.96	0.15	8.65	0.19	5.31	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 38 أعلاه أن قيمة "ت " العلاقات في الأسرة كانت قيمتها5.31 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابي الأكبر ,حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات قدر ب 9.96 و هو أكبر منالمتوسط الحسابي لغير الممارسات قدر ب8.65 وهذا يعني أن التلميذات

الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في العلاقات في الأسرة.

الاستنتاج :

توجد فروق بين الممارسات و غير الممارسات في العلاقات في الأسرة لصالح الممارسات.



الشكل البياني رقم 06 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في الأسرة لإختبار قياس التوافق إجتماعي .

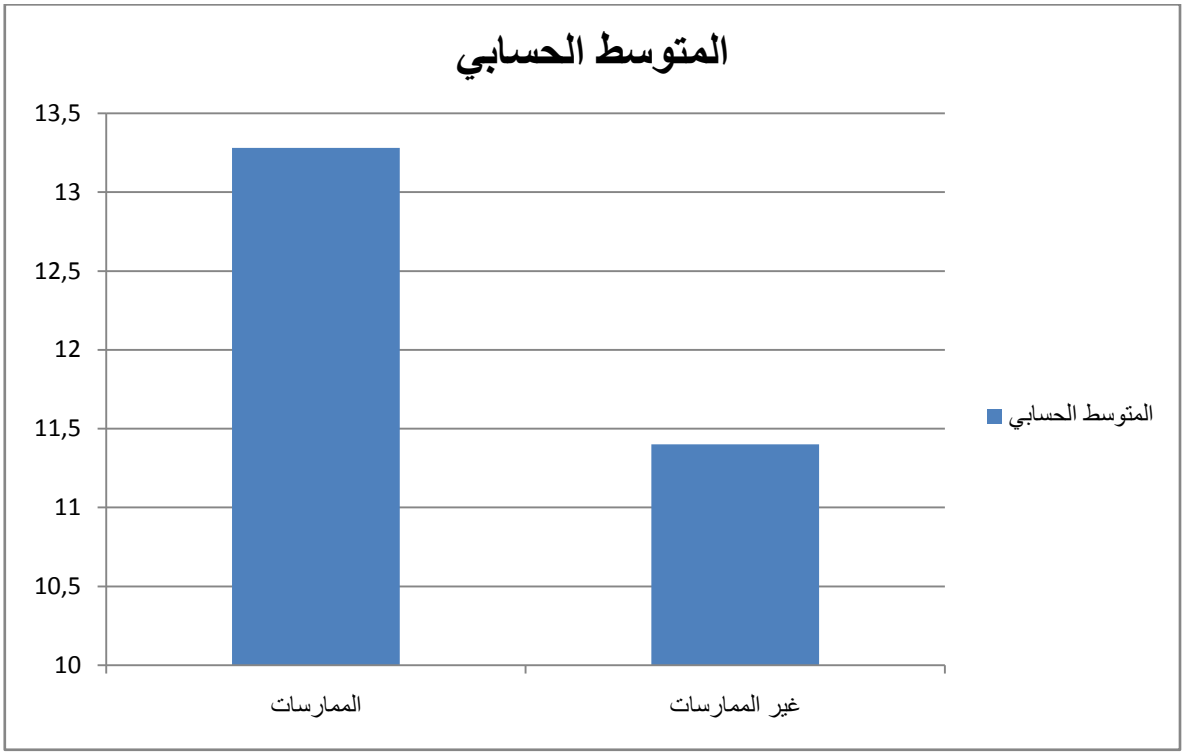
- يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في المدرسة لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
العلاقات في المدرسة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	13.28	0.24	11.64	0.29	4.93	1.98	88	0.05	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم 39 أعلاه أن قيمة "ت " العلاقات في المدرسة كانت قيمتها 4.93 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابيالأكبر ,حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات قدر ب 13.28 و هو أكبر منالمتوسط الحسابي لغير الممارسات قدر ب11.64 وهذا يعني أن التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في العلاقات في المدرسة.

الاستنتاج :

توجد فروق بين الممارسات و غير الممارسات في العلاقات في المدرسة لصالح الممارسات .



الشكل البياني رقم 07 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في المدرسة لإختبار قياس التوافق الإجتماعي

.

– يبين مقارنة نتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في البيئة المحيطة لاختبار قياس التوافق الاجتماعي :

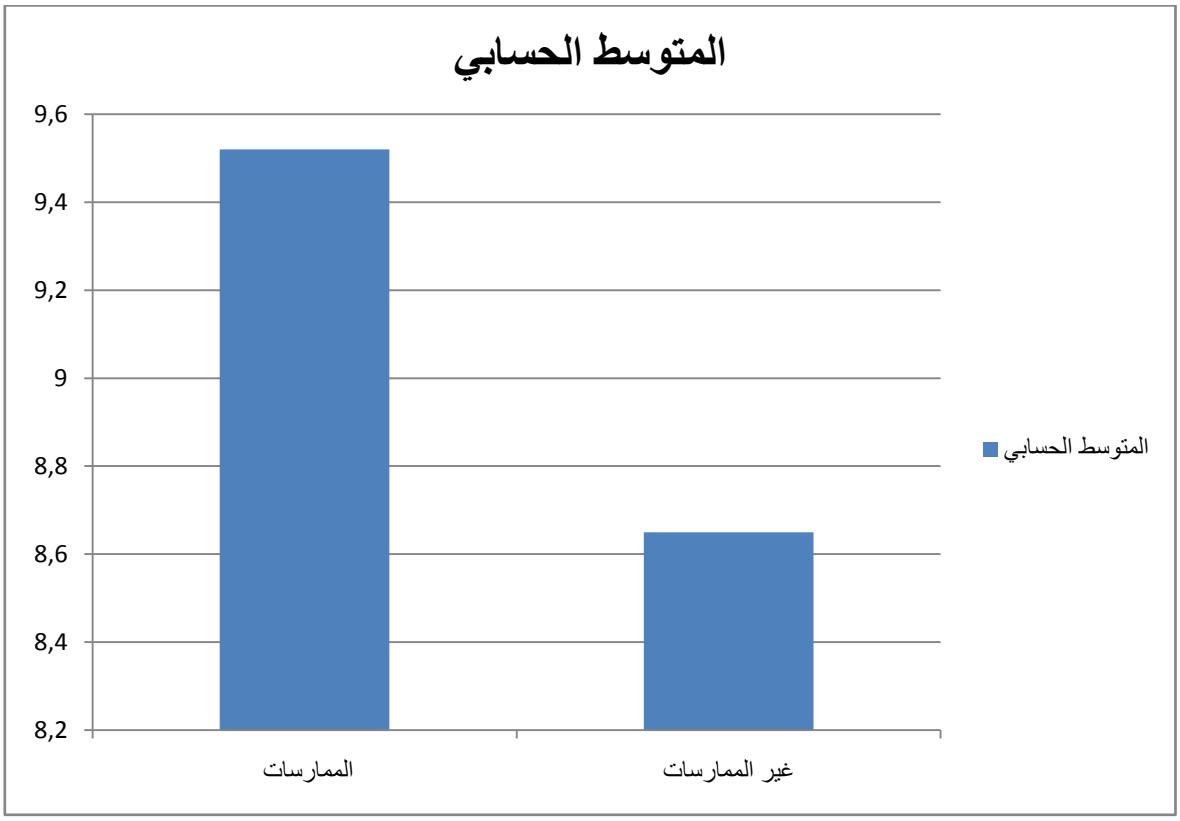
	الممارسات		غير الممارسات		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية (ن1+ن2-2)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
6 العلاقات في البيئة المحيطة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
	9.52	0.17	8.65	0.20	3.28	1.98	88	0.05	**دال**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 40 أعلاه أن قيمة "ت " للعلاقات في البيئة المحيطة كانت قيمتها 3.28 و هي أكبر من "ت " الجدولية المقدرة ب 1.98 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 88 مما يعني وجدود فروق دالة احصائيالصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، حيث قدر المتوسط الحسابي للممارسات قدر ب 9.52 و هو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسات قدر ب 8.65 و هذا يعني أن التلميذات الممارسات أحسن من التلميذات غير الممارسات في العلاقات في البيئة

المحيطة.

الاستنتاج :

توجد فروق بين الممارسات و غير الممارسات في العلاقات في البيئة المحيطة لصالح الممارسات .



الشكل البياني رقم 08 يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد العلاقات في البيئة المحيطة لإختبار قياس التوافق االإجتماعي

.

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث و فروضه وتحليل نتائج التحليل الاحصائي توصلنا الى النتائج التالية :

*مستوى التوافق النفسي الاجتماعي مرتفع لدى التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية.

*مستوى التوافق النفسي الاجتماعي منخفض لدى التلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية.

* أظهرت النتائج وجود فرق معنوي لصالح التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية عن غيرهم للتلميذة المحجبة الغير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية من خلال حصولهم على أعلى قيم اوساط حسابية و أعلى قيم انحرافات معيارية.

مناقشة و تفسير النتائج:

من خلال ما تناولناه في الجزء التطبيقي من طرح أسئلة الاستبيان خاص بالتلميذات المرحلة الثانوية وكذا عرض نتائجها و تحليلاتها ،من خلال البحث النتائج التالية : بعد تفريغ محتوى الاستبيان وعرضه ،نلجأ الى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضيات التي وضعناها ،فكانت جملة النتائج كالاتي :

مناقشة الفرضية الجزئية الأولى في ضوء النتائج :

مستوى درجة التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية ، من خلال هذه الفرضية نحاول التعرف على مستوى درجة التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة الممارسة ،و يتم مناقشة النتائج الموصل اليها من أجل التأكد من صحة الفرضية أو نفيها من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول و تحليل الاستبيان .

و من الجداول رقم (16.15.14.13.12.11.10.09.08.07.06.05) نجد بأن التوافق النفسي الاجتماعي مرتفع لدى التلميذة المحجبة خلال ممارستها لحصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما اتفق مع دراسة"أحمد بن قلاوز وبن قناب الحاج سنة 2011" بأنّ التربية البدنية و الرياضية أثرت ايجابا على التوافق النفسي الاجتماعي

والمهارات الحياتية للتلاميذ الممارسين وذلك من خلال الدرجات العالية لأبعاد مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي ومقياس المهارات الحياتيةلأن أهمية الممارسة الرياضية بصفة عامة لها تأثير ايجابي فيرفع من درجة التوافق النفسي الاجتماعي من خلال التربيةالبدنية و الرياضية فتصبحالتلميذة الممارسة متوافقة نفسيا و اجتماعيا ، و قد تتميزبالقيمة الذاتية و تقدير المسؤولية و هذا يمكن الحكم على أن الفرضية التي تنص على أن مستوى درجة التوافق النفسي الاجتماعي مرتفعة عند التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضيةأنها "**محققة**".

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية في ضوء النتائج :

مستوى درجة التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية ، من خلال هذه الفرضية نحاول التعرف على مستوى درجة التوافق النفسي الاجتماعي عند التلميذة المحجبة غير الممارسة ، و يتم مناقشة النتائج المتوصل اليها من أجل التأكد من صحة الفرضية أو نفيها من خلال النتائج المتحصلعليها في الجداول و تحليل الاستبيان .

ومن الجداول رقم (17،18،19،20،21،22،23،24،25،26،27،28)

نجد بأنّ التوافق النفسي الإجتماعي منخفض لدى التلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بنتائج مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى

التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضيةوهذا انطلاقا من المتوسطات الحسابية لكل بعد من أبعاد المقياس ومقارنتها بمدى الدرجات لتحديد كل مستوى ، وهذا بعد تقديم المقياس حيث استطعنا إثبات هذهالفرضية بطرق إحصائية والتي دلت على أنّ للتلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية الدنية والرياضية في الطور الثانوي توافق نفسي إجتماعي منخفض .

ومن هنا وفي إطار و حدود وظروف ماترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للنتائج المحصل عليها يمكننا القول بأنّ الفرضية الثانية" **محققة** ".

مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة في ضوء النتائج :

من خلال الفرضية التي تنص على أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين التلميذات المحجبات الممارسات و غير الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي" ،لاثبات هذه الفرضية اتضح لنا من خلال الجداول رقم (38.37.36.35.34.33.31) اتضح لنا بان التلميذة المحجبة الممارسة أكثر توافقا نفسيا و اجتماعيا مقارنة مع التلميذة المحجبة غير الممارسة وهذا ما اتفق مع دراسة "سمسوم علي سنة 2011 "التي أشارت إلى تأثير النشاطات البدنية و الرياضية على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ، وهذا ماأكدته أيضا دراسة بورعدة فتح الدين سنة 2013 ماستر **أنّ** هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من حيث التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لصالح الممارسينومنه نلاحظ نتائج قيم "ت" المحسوبة بين الأوساط

الحسابية و الانحرافات المعيارية للتلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة الى كل بعد من الأبعاد "12" و بالنسبة للتوافق النفسي الاجتماعي بشكل عام فقد بلغت قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيم "ت" الجدولية وهذا يؤشر ان هناك فروق معنوية لصالح التلميذة المحجبة الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية وهذا يحقق الفرضية الثالثة ومنه تعزو الطالبتان الباحثتان الى أن هناك فروق ذات دلالة احصائية في التوافق النفسي الاجتماعي بين التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة و منه نستطيع القول بأن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية تعمل على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي.

و هذا يمكن الحكم على أن الفرضية التي تنص على يوجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين التلميذات المحجبات الممارسات والمحجبات غير الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي أنها "**محققة**".

الاقتراحات و التوصيات :

من خلال ما استخلصناه من النتائج و ملاحظاته من خلال التواصل مع التلميذات

كان الزاما اقتراح بعض التوصيات و هي كمايلي:

* ضرورة الاهتمام من طرف الجهات المعنية بممارسة التربية البدنية و الرياضية.

*تشجيع التلميذة المحجبة على ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

*البحث على بعض التمارين التي تراعي هندام التلميذة المحجبة.

*اثراء المكتبات بالبحوث.

*ضرورة اجراء دراسات مشابهة و أبحاث تشمل عينات أوسع من التلميذات المحجبات وكافة الفئات العمرية.

*العمل على تكوين اطارات نسوية في الميدان الرياضي.

*تعميم الدراسة في أماكن أخرى ،وعلى مستويات مختلفة.

*اجراء دراسات أخرى على طلبة المرحلة الثانوية تتناول متغيرات أخرى ذات علاقة .

خلاصة عامة:

ان موضوع التوافق من أهم المواضيع التي احتلت مكانة مرموقة في علم النفس و علم الاجتماع ،هذا ما جعلنا نفكر في دراسة التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي ،وكانت عينة الدراسة بالمنهج الوصفي ،حيث اخترنا عينة تتكون من 50 محجبة ممارسة و 40 محجبة غير ممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية وهدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية و التعرف كذلك على الفروق بين الممارساتوغير الممارسات في أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى

التلميذات المحجبات و منه تم طرح التساؤل :ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين التلميذات المحجبات الممارسات و غير

الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي ؟ و على اثر هذه الأسئلة تم تطبيق مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة ،و للإجابة على التساؤلات اقترحنا الفرضيات التالية :مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة مرتفع وعند غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية منخفض، و توجد فروقذات دلالة احصائية بين التلميذات المحجبات الممارسات و غير الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي .

وبهذا يمكن القول أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية يمكنها تحقيق الاستقرار النفسي و ارضاء دوافعه و الزيادة في التوافق في النفسي الاجتماعي.

المصادر و المراجع

باللغة العربية :

01- أحمد إدريس الطعان (2011) ، فلسفة الحجاب ، دمشق : كلية الشريعة .

02- أحمد أوزي (1994) ، المراهق والعلاقات المدرسيّة ، بدون طبعة ، المغرب : جامعة محمد الخامس .

03- أحمد العساف صالح(1989) ، مدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، مكتبة العبيكان ، الرياض .

04- أحمد خاطر (1988) ، القياس في المجال الرياضي ، بغداد .

05- إسماعيل محمد مقدم (1996)، أصول الحجاب .

06- الآية 46 من سورة الأعراف

07- السيد خير الله (1981) ، بحوث نفسيّة وتربوية ، ط2 ، عمان : دار الفكر ناشرون وموزعون .

08- تركي رابح (1990) ، أصول التربية والتعليم ، ط2 : ديوان المطبوعات الجزائرية .

09-جبريل ، نزيه حمدى-أبو طالب- صابر (2009) ، الصحة النفسيّة والعلاج النفسي ، الرياض : دار الزهراء – الشركة العربية المتحدة للتسويق .

10- حامد السلام زهران (1995) ، علم نفس النمو ، ط1 ، بيروت : دار العودة .

11-حامد عبد السلام زهران (1995) ، تأليف علم النفس النمو الطفولة والمراهقة ، ط5 ، القاهرة : علم الكتب .

12-حامد صادق قنيبي (1987) ، مجلة البحوث الإسلاميّة ، القاهرة : دار الإيمان .

13-حسن شلتوت ، حسن معوض ، التنظيم والإدارة في التربيّة ، القاهرة : دار الفكر العربي .

14- حسين أحمد حشمت (2006) ، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ، ط1 ، بيروت : الدار العالمية .

15- حسين فيصل الغزي (1976) ، علم النفس الطفل والمراهق ، بدون طبعة ، جامعة دمشق .

16- خليل ميخائيل (2000) ، قدرات وسمات الموهوبين ، مصر : جامعة الإسكندرية .

17- رمضان القذافي (1998) ، الصحة النفسيّة والتوافق ، ط3 ، الإسكندرية ، المكتب الجامعي للنشر والتوزيع .

18- رمضان محمد القذافي (1997) ، علم النفس الطفولة والمراهقة ، الإسكندرية ، دار الفكر العربي .

19- زكريا الشربيني(1995)، الاحصاء و تصميم التجارب في البحوث النفسية و التربوية و الاجتماعية، مكتب الأنجلو المصرية ، مصر.

20- سامي محمد ملحم (2004) ، علم نفس النمو دورة حياة الإنسان ، ط1 ، عمان: دار الفكر .

21- صالح حسين الدهري (2005) ، سيكولوجيّة رعاية الموهوبين المتميزين وذوي الاحتياجات الخاصة ، ط1 ، دار وائل للنشر والتوزيع .

22- صالح محمد علي أبو جادو (2004) ، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة ، ط2 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .

23- صبره محمد علي (2004) ، الصحة النفسية والتوافق النفسي ، بدون طبعة ، دار المعرفة الجامعيّة ، الأزاريطية .

24-عبد الحميد محمد الشاذلي (2001) ، الواجبات النفسيّة والتوافق المدرسي ، ط2، الإسكندرية : المكتبة الجامعيّة ، الأزا ريطة .

25-عبد الحميد محمد الشاذلي (2002) ، الصحة النفسيّة وسيكولوجيّة الشخصيّة ، ط2 .

26- عبد الخالق محروس (1993) ، أصول الصحة النفسيّة ، ط2 ، القاهرة : دار المعرفة الجامعيّة .

27- عبد الرحمان العيسوي (1987) ، سيكولوجيّة النمو(دراسة النمو عند الطفل والمراهق) ، بدون طبعة ، بيروت : دار النهضة العربيّة للطباعة والنشر .

28- عباس محمد عوض (1990) ، علم النفس العام ، بدون طبعة ، مصر : دار المعرفة الجامعيّة .

29- علي محمد مقبول الأهدل (2014) ، فوائد وأهمية الحجاب ، القاهرة : دار الفجر .

30- فؤاد البهي السيد (1998) ، الأسس النفسيّة للنمو مع الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، ط 2 ،القاهرة .

31- فيصل محمد خير الزرار (1996) ، مشكلات المراهقة والشباب ، ط1 ، بيروت : دار النفائس .

32- كمال عبد الحميد (1994) ، مقدمة في التربية البدنية ، القاهرة .

33- مايسة أحمد نيال (2002) ، سيكولوجية التوافق ، بدون طبعة ، القاهرة .

34- محمد جاسم محمد العبدي (2004)، سيكولوجية الإدارة التعليمية والمدرسة وآفاق التطوير ، ط1، الأردن :دار الثقافة للنشر والتوزيع .

35- محمد حاسم محمد (2004) ، مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها ، الإسكندرية : مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع .

36- محمد حسن علاوي (1992) ، علم النفس الرياضي ، ط2 ، القاهرة : دار المعرفة .

37- محمد رضا بشير وآخرون (2004) ، تربية الناشيء بين المخاطر والأمال ، ط1، القاهرة .

38- محمد عوض البسيوني وآخرون (1992) ، نظريات وطرق تدريس التربية البدنيّة ، ط2 ، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعيّة .

39-محمد عوض بسيوني (1996) ، نظريات وطرق التدريس ، ط3 ، الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعيّة .

40-مدثر سليم أحمد (2006) ، الصحة النفسية ، بدون طبعة ،الإسكندرية : النشر والتوزيع الإبراهيميّة .

41- ميخائيل إبراهيم أسعد (1991) ، مشكلة الطفولة والمراهقة ، ط2 ، بيروت : دار الأفاق الجديدة .

42- ميخائيل خليل معوض (1971) ، مشكلات المراهقين في المدن والأرياف ، ط1 ،القاهرة : دار المعارف .

43- ميخائيل خليل معوض (1994) ، سيكولوجيّة النمو الطفولة والمراهقة ، ط2 ، الإسكندريّة ، دار الفكر الجامعي .

44- نادية شرادي (2000) ، التكيف المدرسي للطفل و المراهق ، ط1 ، بيروت :دار الراتب الجامعي.

45- ناصر ميزاب (2005) ، سيكولوجية الجنوح ، ط1 ، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.

46- نبيل سفيان (2004) ، المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي ، ط1 ، التيراك للطباعة والنشر والتوزيع.

المجلات والقواميس :

- معجم وقواميس رضا أحمد (1995) ، متقن اللّغة ، ط1 بيروت : مكتبة الحياة .

الملاحق

النتائج الخام للتوافق النفسي الإجتماعي

أ- التوافق النفسي للممارسات:

عدد التلاميذ	البعد الاول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	التوافق النفسي للممارسات
01	12	6	6	8	15	11	58
02	13	8	6	10	14	7	58
03	17	9	7	11	9	9	62
04	12	6	7	12	12	8	57
05	16	6	5	11	10	11	59
06	15	7	6	13	9	11	61
07	10	8	7	13	12	8	58
08	11	6	7	9	11	9	53
09	13	9	6	8	13	10	59
10	12	9	6	11	14	9	61
11	10	8	7	10	15	10	60
12	10	7	7	10	11	8	53
13	12	6	6	8	13	9	54
14	13	9	7	9	12	10	60
15	14	8	7	12	9	11	61
16	15	9	7	11	10	11	63
17	16	6	7	13	12	8	62
18	13	7	5	8	11	9	53
19	14	6	7	9	11	10	57
20	17	7	5	10	13	9	61
21	16	6	7	12	15	8	64
22	10	9	6	8	12	11	56
23	11	9	6	13	9	8	56
24	12	6	7	11	10	9	55
25	15	6	5	12	12	11	61
26	14	7	5	13	11	10	60
27	16	8	6	8	10	9	57
28	17	9	7	12	9	11	65
29	10	6	7	9	12	9	53
30	13	6	6	8	15	11	59
31	11	7	6	10	14	7	55
32	16	9	7	11	9	9	61
33	17	8	7	12	12	8	64
34	13	7	5	11	10	11	57
35	12	7	6	13	9	11	58
36	10	8	7	13	12	8	58
37	11	9	7	9	11	9	56
38	14	6	6	8	13	10	57
39	11	8	6	11	14	9	59
40	12	9	7	10	15	10	63
41	15	7	6	10	11	7	56
42	17	6	7	8	13	8	59
43	16	7	7	9	12	9	60
44	15	6	6	12	9	10	58
45	10	9	7	11	10	11	58
46	11	8	7	13	12	11	62
47	14	7	6	8	11	8	54
48	13	6	7	9	11	9	55
49	15	8	7	10	13	10	63
50	16	9	5	12	15	9	66

ب- التوافق الاجتماعي للممارسات :

عدد التلاميذ	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	التوافق الإجتماعي للممارسات
01	7	15	11	11	14	9	67
02	6	16	10	11	14	10	67
03	6	14	11	10	15	9	65
04	7	10	10	11	10	11	59
05	8	11	10	9	12	10	60
06	9	16	11	10	14	9	69
07	7	17	8	8	15	10	65
08	6	13	9	9	10	8	55
09	8	14	11	11	12	9	65
10	7	15	8	10	11	10	61
11	8	16	7	11	13	7	62
12	9	10	8	11	14	8	60
13	8	11	9	10	15	11	64
14	7	11	7	8	10	9	52
15	6	16	10	9	10	9	60
16	6	14	11	7	9	11	58
17	8	15	7	11	9	10	60
18	9	13	7	9	14	7	59
19	9	14	10	8	15	8	64
20	8	10	11	10	13	7	59
21	9	15	8	11	12	10	65
22	7	16	7	7	14	11	52
23	6	17	8	8	9	8	56
24	6	14	7	9	15	9	60
25	7	14	9	10	14	10	64
26	8	11	9	8	14	11	61
27	9	10	7	9	13	7	55
28	9	12	7	7	12	7	54
29	8	12	10	10	10	8	58
30	7	13	11	11	10	9	61
31	6	14	7	11	11	10	59
32	6	14	11	7	14	7	59
33	7	10	10	10	15	7	59
34	8	11	10	9	10	7	55
35	9	16	11	8	12	9	63
36	7	17	7	8	12	10	61
37	6	13	7	7	10	8	51
38	8	14	8	8	10	9	57
39	7	15	7	7	12	10	58
40	8	16	7	11	11	7	60
41	9	10	8	11	13	8	59
42	8	11	9	10	14	11	63
43	7	11	7	8	15	9	57
44	6	16	10	9	10	9	60
45	6	14	11	7	10	11	59
46	8	15	7	11	9	10	60
47	9	13	7	9	9	7	54
48	7	14	8	8	14	8	59
49	8	10	11	10	15	7	61
50	9	12	10	7	13	11	62

ج- التوافق النفسي لغير الممارسات :

عدد التلاميذ	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	التوافق النفسي لغير الممارسات
1	10	9	7	13	10	7	56
2	17	6	6	8	9	8	54
3	13	7	5	9	10	7	51
4	14	6	6	8	12	11	57
5	15	6	6	11	10	11	59
6	14	9	6	11	11	10	61
7	14	8	5	11	10	9	57
8	17	8	7	12	10	9	63
9	16	7	5	8	9	8	53
10	11	8	6	9	10	7	51
11	10	9	7	11	9	9	55
12	13	6	5	8	11	8	51
13	12	8	6	9	11	7	53
14	11	9	5	12	13	10	60
15	10	6	6	13	14	10	59
16	17	7	7	13	12	11	67
17	16	6	7	12	9	9	59
18	15	6	5	11	9	8	54
19	17	7	6	10	10	7	57
20	14	8	6	12	12	8	60
21	11	9	5	13	13	9	60
22	10	9	7	13	15	7	61
23	11	6	5	10	9	8	49
24	10	7	7	12	9	9	54
25	14	8	7	8	9	8	54
26	12	9	6	9	9	10	55
27	14	8	5	11	10	9	57
28	17	6	5	10	12	8	58
29	15	7	6	12	11	9	60
30	15	9	7	13	9	11	64
31	11	8	5	9	10	10	53
32	16	7	6	8	10	7	54
33	10	7	6	8	11	8	50
34	12	9	7	9	10	9	56
35	13	9	5	11	11	11	60
36	10	8	5	12	9	10	54
37	11	6	6	13	10	8	54
38	14	7	7	10	13	7	58
39	15	8	7	8	14	10	62
40	16	9	5	10	11	7	58

د- التوافق الإجتماعي لغير الممارسات :

عدد التلاميذ	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	التوافق الاجتماعي لغير الممارسات
1	9	15	11	10	15	8	68
2	9	16	11	9	9	11	65
3	6	14	10	8	9	11	58
4	7	10	10	9	12	9	57
5	8	10	7	9	14	8	56
6	7	12	9	7	11	7	53
7	7	15	8	8	11	8	57
8	7	14	7	7	12	9	56
9	6	13	7	7	9	7	49
10	8	10	7	10	10	8	53
11	9	11	7	8	12	9	56
12	6	11	10	8	11	10	56
13	7	13	9	9	13	11	62
14	6	10	8	10	14	7	55
15	7	15	9	7	15	8	61
16	8	16	10	8	9	8	59
17	9	17	11	8	10	10	65
18	9	11	7	10	11	9	57
19	8	11	8	11	12	7	57
20	7	12	9	9	13	8	58
21	6	12	9	7	14	9	57
22	6	15	7	7	13	8	56
23	7	16	11	8	9	11	62
24	7	17	9	9	13	8	63
25	9	14	7	10	12	7	59
26	8	11	7	11	11	9	57
27	8	11	8	7	10	10	54
28	7	10	11	8	9	10	55
29	6	10	10	8	12	8	54
30	7	14	9	9	10	7	56
31	9	16	8	9	15	8	65
32	9	15	7	10	10	10	61
33	8	13	11	8	11	7	58
34	7	12	7	10	9	7	52
35	6	12	7	9	9	9	52
36	8	10	10	8	12	10	58
37	9	11	9	7	10	8	54
38	6	14	8	8	13	8	57
39	7	13	11	10	12	9	62
40	6	16	7	11	10	10	60

مقياس التوافق النفسي الإجتماعي

الرقم	عبارات المقياس	الإستجابة	
		نعـم	لا
01	أستطيع تكوين صداقات جديدة .		
02	أحس بالرضا عن نفسي .		
03	أعتمد على نفسي في قضاء حاجاتي .		
04	كثيرا ماأعاني من الوحدة .		
05	أشعر بأن سمعي ثقيل ويسب لي مشاكل في الحصة .		
06	أستطيع السيطرة على إنفعالاتي .		
07	أتضايق من تدخل الآخرين في شؤوني .		
08	أشعر بأنني أنتمي لمن حولي .		
09	أتطوع لتحمل المسؤولية من أجل زملائي .		
10	أحظى بالحب والرعاية من قبل أسرتي .		
11	أتبع أداب الدخول والخروج للفصل .		
12	أشعر بأنّ المحافظة على الممتلكات العامة أمر بالغ الأهميّة .		
13	أنا متعاون مع زملائي .		
14	قدرتي على التحصيل الدراسي أفضل من زملائي .		
15	أقوم بإنجاز واجباتي المدرسية بنفسي .		
16	أشعر كثيرا بالضيق والإكتئاب .		
17	أستعمل نظارة طبية .		
18	أشعر بالتوتر عندما يسألني الأستاذ أثناء الحصة .		
19	أشعر بأنني أعامل زملائي معاملة حسنة لائقة .		
20	عادة مايحتاج إلي زملائي .		
21	يتاح لي إبداء الرأي في مختلف الأمور .		
22	أقوم بدعوة أقاربي لحضور أي مناسبة تخصني .		
23	أحافظ على نظافة الثانويّة .		
24	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع جيراني .		
25	أتمتع بحسن التصرف .		
26	كثيرا ما أشعر بالكراهيّة لنفسي .		
27	أتراجع في قراراتي عندما يختلف معي زملائي .		
28	أفضل الوحدة عن مشاركة الآخرين .		
29	أتغيب كثيرا عن المدرسة بسبب المرض .		
30	تتقلب حالتي المزاجيّة بين السعادة والحزن دون سبب .		
31	أشعر أنني موضع تقدير وإحترام من الآخرين .		
32	أشعر بالفرح عند سماع نجاح زملائي .		

33	أتولى قيادة الفصل في حصة التربية البدنية والرياضية .		
34	تتسم علاقاتي بإخواني بالحب والتفاهم .		
35	ألتزم بالحضور للثانويّة في المواعيد المحددة .		
36	أحافظ على مشاعر جيراني .		
37	أجد صعوبة في بدء حديث مع تلميذ تعرفت عليه لأول مرة .		
38	كثيرا ماأشعر بحبي لذاتي .		
39	أعتمد على غيري في تلبية إحتياجاتي .		
40	أفكر كثيرا في الإبتعاد عن الآخرين .		
41	أصاب بإضطرابات جسمية :كإمساك ، إسهال ، مغص ، عسر ، هضم .		
42	لدي إحساس بالرغبة في عقاب نفسي .		
43	أحرص على مشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم .		
44	أمتثل لإرشادات ونصائح المدرسين .		
45	لدي القدرة على التضحيّة وخدمة الآخرين .		
46	أعتقد بأنني مطيع لوالدي .		
47	أشعر أنّه من واجبي المحافظة على هياكل المؤسسة وأجهزتها .		
48	أشعر بالسعادة في تعاملي مع الجيران وأهل الحي .		
49	أتردد في الإجابة على الأسئلة الشفوية للأستاذ .		
50	أمارس اللعبة التّي أحبها عادة .		
51	أشعر كثيرا بالخجل .		
52	أشعر بالتعب عقب حصة التربية الرياضية .		
53	عندما أغضب أضرب الكراسي والأدراج بعضها بعضا .		
54	أحب مساعدة غيري .		
55	أحسن إختيار أصدقائي .		
56	أستطيع التأثير في الآخرين .		
57	غالبا ما تنتهي مشكلاتي مع أخواني قبل أن تبدأ .		
58	أحب أن أشترك مع زملائي في بعض الرحلات المدرسيّة .		
59	ألقي القمامة من النوافذ خارج الفصل .		
60	أشعر بالضيق بسبب إنتقادي الآخرين لمظهري الخارجي .		
61	أشعر بالوحدة حتى لو كنت مع الآخرين .		
62	أعاني من الوزن الزائد بالنسبة لزملائي .		
63	أغضب بسهولة وأهدأ بسرعة .		
64	أنتمي إلى أحد جمعيات النشاط المدرسي وانسجم معهم وأحترم مبادئها مثل : أنشطة التربية البدنيّة ، جمعيّة المسرح ...الخ .		
65	يمكنني قيادة الفريق وإعطاء لكل فرد دور .		
66	أشعر بأن أسرتي تحاول أن تتخذ لي قراراتي بدلا مني .		
67	أقبل دعوة زملائي لي لحضور أي مناسبة .		

68	أحافظ على أثاث وأدوات المؤسسة .		
69	أرتدي ملابس لائقة .		
70	أعتبر نفسي عصبيا إلى حد ما .		
71	ألتزم بأخلاقيات المجتمع الذي أعيش فيه .		
72	أتضايق كثيرا عندما يناديني الأستاذ فجأة للإجابة على سؤال ما .		
73	أسعى لإكتساب صداقات جديدة .		
74	أميل إلى الوقوف في مؤخرة الطابور المدرسي .		
75	لدي لياقة بدنيّة عاليّة .		
76	أتقبل عادات وتقاليد وقيم مجتمعي .		
77	ينظر إلي الأساتذة على أنني تلميذ مجتهد .		
78	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري تجاه الآخرين .		
79	أشعر بأنّه يجب علي رد الجميل لزميل قدم لي أية خدمة .		
80	أشعر بالضيق بسبب حصولي على درجات ضعيفة من الأستاذ .		

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

معهد التربية البدنية و الرياضية

جامعة مستغانم

قائمة الأساتذة المحكمين للاستبيان الموزع على التلاميذ

الرقم	الاسم و اللقب	التخصص	الدرجة العلمية	التوقيع
01	محمد بوعزيز	ت.ب.ر	دكتوراه	
02	حرباش براهيم	ت.ب.ر	دكتوراه	
03	سنوي عبد الكريم	ت.ب.ر	دكتوراه	
04	بلعيدوني مصطفى	ت.ب.ر	"	
05	منقراني جمال	ت.ب.ر	دكتوراه	
06				

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مستغانم في : 26 يناير 2019

ولاية مستغانم
مديرية التربية
مصلحة التكوين والتفتيش
رقم: 218 / 2019/20.20

مدير التربية
إلى
السيدات والسادة مديري الثانويات
الإخوة والي عين النويصي
معروف الشارف فرناكة
محمد بومدين - حاسي عاش
لطروش جيلالي - مزغران

الموضوع: ترخيص لإجراء تربص ميداني.

يشرفني أن أطلب منكم السماح للطالب(ة)

1. محمود فايزة
2. زمامة كرادارة خالدية
3. ——

بإجراء تربص ميداني بالمؤسسة التي تشرفون عليها تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

قلوش/مصطفى ز

مدير التربية

موافق

شنة محمد

محمد عفان

إمضاء المدير
لوري عبد الهادي

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem
Institut d'Education Physiques et Sportives
جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : تربية بدنية و رياضية

مستغانم: 17 فيفري 2019

الرقم: 02B21 / 2019

إلى السيد (ة): مدير التربية لولاية مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير بحث ميداني لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطالبتين:

- حمدود فايزة
- زحاف كرادرة خاليدة
- المسجلتان في السنة الثانية ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي للسنة الجامعية 2018-2019

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام

موافق

رئيس القسم

رئيس قسم التربية البدنية
إمضاء... حرباش براهيم

أحمد عثمان

قلوش المصطفى

إمضاء المدير
لوري عبد القادر

مع الموافقة

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة
ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر
الهاتف: 33/36/35 10 45 (0) 213+ الفكس: 28 10 30 45 213+
البريد الإلكتروني: ieps@univ-mosta.dz ou istaps@univ-mosta.dz

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة :" دراسة مقارنة في التوافقالنفسي الاجتماعي بين التلميذاتالمحجبات الممارسات و غير الممارسات لحصة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي "

تهدف الدراسة الحالية الى معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلميذة المحجبة الممارسة و غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية ،و التعرف على الفروق بينهما في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ،و للإجابة عن أسئلة الدراسة قامت الباحثتان بتوزيع استبيان خاص بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي، والعينة كانت مكونة من تلميذات أولى ثانوي "50" تلميذة محجبة ممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية و "40" تلميذة محجبة غير ممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية، حيث لخلصت نتائج الدراسة أن التلميذة المحجبة الممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية لها توافق نفسي اجتماعي عالي بينما التلميذة المحجبة غير الممارسة لحصة التربية البدنية و الرياضية لها توافق نفسي اجتماعي منخفض ، يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلميذات المحجبات الممارسات و غير الممارسات في التوافق النفسي الاجتماعي .

وفي ضوء النتائج المتحصل عليها أوصت الباحثتان الى ضرورة ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية للتلميذة المحجبة ليصبحوا أكثر توافقا من الناحية النفسية والاجتماعية .

الكلمات المفتاحية :

التوافق النفسي الاجتماعي – حصة التربية البدنية و الرياضية– التلميذة المحجبة.

Résumé de synthèse

Adresse de l'étude –étude en comparaison sur l'ascendant psychologique social entre les élèves astreintes au hijab faisant l'objet ou non de séances éducatives physiques et le sport au niveau scolaire secondaire.

Cette étude faisant démonter la connaissance concernant l'ascendant psychologique social chez la fille astreinte aux exercices d'éducation physique ou non et du sport et la connaissance des différences entre –elles dans des considérations d'ordre psycho-sociale – et en réponse à cette étude, les chercheuses ont entrepris de distribuer des documents consacrés à cette à même de fixer le niveau psycho-social .Et en ce sens , il a été attribué à des élèves de Iere A/S « 50 » élèves astreintes au hidjab contractant l'éducation physique et le sport et « 40 » élèves astreints au hijab non effectuant les séances d'éducation physique et le sport ,et de ce fait ,il a été conclu les résultats de l'étude du fait que la fille portant le hijab contractant la séance d'éducation physique et le sport obtient un ascendant psychologique et social

déterminant entre elles alors que l'élève astreinte au hidjab ne contractant pas d'éducation physique et le sport ,dispose d'un ascendant psychologique social inférieur ,il existe des différences d'ordre indiciaires ,entre les élèves astreintes au hidjab contractant ou non le sport.

Et à travers les résultats abouti en ce sens , les chercheuses ont fait ressortir sur le besoin d'exercer l'éducation physique et le sport en ce qui concerne l'élèves portant le hidjab qui subiront par la suite un ascendant majeur sur le plan psychologique et social .

Les mots clé : l'ascendant psychologique social- séances éducatives physiques et le sport

Abstract :

Title of Study: "Comparative Study of Socio-Psychological Compatibility among Disciplined and Non-Practical Female Students of Physical Education and Sports Participation in the Secondary Stage".

This study aims at investigating the level of psycho-social compatibility of the veiled student who practices and does not practice the share of physical and mathematical education .Our work is an attempt to unveil the differences between first secondary students “50”veiled students practicing physical education and sports and "40" veiled students not practicing for the share of physical education and sports in the dimensions of the psycho-social compatibility scale .To test the hypotheses of this study, questionnaire is used as research instruments .The result of our study seens to support the hypotheses that the student veiled practice the share of physical education and sports Have a high psychological social consensus, while the student is not veiled practice of the share of physical education and sports have a low social consensus , there are significant differences between the practices of veiled students and non-practices in psychological and social compatibility.In the light of these sobering facts , a set of pedagogical recommendations are suggested by the two researchers that the physical and athletic education of the veiled student should be exercised to become more psychologically and socially compatible.It hopes that our work will serve as a supportive frame for the future researchers whose interest will be close to ours .

key words :

Psycho-social compatibility - Physical and athletic education - Student veiled