

ملخص البحث

التوافق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل المهني للأخصائين الرياضيين برعاية الشباب جامعة بنها

الباحث / أحمد مسعد حسن

تناولت الدراسة التعرف على التوافق الشخصي الانفعالي وعلاقته بقلق المستقبل للأخصائين الرياضيين بجامعة بنها و استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة البحث وأهدافه، ويمثل مجتمع البحث الأخصائين الرياضيين بجامعة بنها وعددهم ١٢١ أخصائي رياضي وقد تم تقسيمهم إلى عدد (٢٠) فرد كعينة لإيجاد المعاملات العلمية (صدق وثبات القائمة) قيد البحث، وعدد (٩٩) فرد لإجراء التطبيق النهائي للمقاييس.

وكانت أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون:

- توجد علاقة ارتباط عكسية بين الدرجتين الكليتين للمقياسين (قلق المستقبل المهني - التوافق النفسي).
- توجد علاقة ارتباطات عكسية بين محور (التوافق الشخصي والانفعالي) وبين (الدرجة الكلية لقلق المستقبل المهني)
- توجد علاقة ارتباطات عكسية بين محورين (النظرة السلبية تجاه المستقبل - الاتجاه نحو التخصص) .
- توجد علاقة ارتباط طردية بين (التوافق الصحي والجسمي) والدرجة الكلية لمحاور (الشعور بالاحباط).
- توجد علاقة ارتباط عكسية ضعيفة بين نفس المحور وبين محور (المظاهر النفسجسمية لقلق المستقبل)
- توجد علاقة ارتباط طردية قوية بين محور (الخوف من المشكلات المستقبلية) ومحور (التوافق الأسري)
- توجد علاقة عكسية قوية بين محور (الاتجاه نحو المهنة) و(الدرجة الكلية لقلق المستقبل المهني).

Psychological adjustment and its relationship to the professional future anxiety of sports specialists under the auspices of youth, Benha University

Researcher / Ahmed Massad Hassan

The study dealt with the identification of emotional personal compatibility and its relationship to the future anxiety of sports specialists at Benha University. The scientific (validity and stability of the list) is under research, and (99) individuals are required to conduct the final application of the measurements.

The most important findings of the researchers were

- There is an inverse correlation between the total degrees of the two scales (professional future anxiety - psychological compatibility).
- There is an inverse correlation between the axis (personal and emotional compatibility) and (total degree of professional future anxiety)
- There is an inverse correlation between two axes (negative outlook towards the future - trend towards specialization).
- There is a direct correlation between (health and physical compatibility) and the total degree of the axes (feeling of frustration).
- There is a weak inverse correlation between the same axis and the axis (psychophysical manifestations of future anxiety)
- There is a strong direct correlation between the axis (fear of future problems) and the axis (family adjustment).
- There is a strong inverse relationship between the axis (attitude towards the profession) and (total degree of professional future concern).



التوافق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين برعاية الشباب جامعة بنها

الباحث / أحمد مسعد حسن

مشكلة البحث وأهميته:

إن علم النفس الرياضة **Sport psychology** هو العلم الذي يدرس سلوك الإنسان في الرياضة، ويعنى السلوك استجابات الفرد التي يمكن ملاحظتها وتسجيلها ولكن توجد استجابات أخرى لا يمكن ملاحظتها من الخارج ولا يمكن رؤيتها كالتكيف والإدراك والإنفعال وما إلى ذلك، وهذه الأوجه من النشاط يطلق عليها الخبرة والهدف من وراء دراسة سلوك الفرد في الرياضة هو محاولة اكتشاف الأسباب أو العوامل النفسية التي تؤثر في سلوك الرياضي، هذا من ناحية، وكيف تؤثر الممارسة الرياضية ذاتها على الجوانب الشخصية للرياضي من ناحية أخرى، الأمل الذي يسهم في تطوير الأداء الأقصى **Maximum performance** ويدرس المهتمون بالسلوك في الرياضة موضوعات مثل الشخصية، الدافعية، العنف، القيادة، ديناميكية الجماعة، أفكار ومشاعر الرياضيين والعديد من الأبعاد الأخرى الناتجة عن الإشتراك في الرياضة والنشاط البدني، هذا وينظر علم نفس الرياضة على أنه أحد المحاور الهامة لتحقيق الدراسة العلمية لحركة الإنسان ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بعلوم الرياضة الأخرى والتي من أهمها: فسيولوجيا الرياضة، وعلم اجتماع الرياضة، البيوميكانيك. (١ : ٥٦)

وحياة الإنسان بوجه عام لا تخلو من الصعوبات التي تؤثر على توافقه النفسي والشخصي، وتعيقه عن تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه، وقد يستطيع الإنسان تخطي تلك الصعوبات ببذل المزيد من الجهد، واستعمال تفكيره، وقد لا يتمكن في بعض الأحيان من ذلك، ويستسلم ويصبح عرضه للعديد من الاضطرابات النفسية كالخوف، الغضب، الخجل، أو الرثاء لذاته، القلق، العجز، الخيبة... إلخ وهذه الاضطرابات الناتجة عن الفشل والإخفاق في مواجهة الصعوبات لا تقرب الإنسان من أهدافه، ولا تحقق له التوافق والاستقرار النفسي الذي يطمح فيه. (١٤ : ١٤-١٩)

ويشير "محمد جاسم (٢٠٠٤)" أن مفهوم التوافق مفهوم نسبي، ومحكوم بالثقافة التي ينخرط منها الفرد، كذلك ينسحب العمر على حالات التوافق وسوء التوافق، ويرى أن التوافق مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وحل صراعاته، ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات وصولاً

إلي ما يسمى بالصحة النفسية أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل إلخ أما المفهوم الثاني " التكيف " فهو يشمل الكائن الحي ، لكي يتمكن من العيش في البيئة ، لابد أن يكيف نفسه لهذه البيئة. (١٢ : ٣٣٠ - ٣٣١)

وقد مهد زاليسكي Zaleski (١٩٩٤م) لمفهوم قلق المستقبل، من خلال عده دراسات عن مفهوم قلق المستقبل، والمستقبل الشخصي، ومنظور الأمل والقلق، والتوجه الذاتي نحو المستقبل، وأهميته وإرادته الفرد، وخطورة التأثير السلبي للتحيز المعرفي في إدراك الأحداث والظروف المحيطة وأن قلق المستقبل يتخلل الوعي بالظروف البيئية. (Molin, R (1990) - Zaleski, Z (1994) - Zaleski, Z (1996)

كما يرى مولين Molin (١٩٩٠م)، أن أسباب قلق المستقبل يمكن أن تتمثل في وجود تفاوت بين مستوى طموحات الفرد وإمكاناته الواقعية، وكذلك قصور الرؤية نحو المستقبل أو ضآلة المعلومات أو تشوه الأفكار. (١٥ : ٣٦)

و تشير زينب محمد شقير (٢٠٠٥م) إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (وحاضرة أيضاً) يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شئ من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير، وتشير أيضاً إلى أن قلق المستقبل قد ينشأ عن أفكار خاطئة ولا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي ، وقد يتسبب هذا في حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل ، ومن ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة والتي فيها الخوف من المجهول (المستقبل) غير المستند على الأدلة والبراهين المادية أي حالة قلق المستقبل ، وبالتالي فإن قلق المستقبل يشكل خوف مزيج من الرعب والأمل بالنسبة للمستقبل والأفكار الوسواسية ، وقلق الموت ، واليأس بصورة غير معقولة تجعل صاحبه يعاني من التشاؤم من المستقبل ، وقد يعيش الحياة بشكل زائف فيلجا إلى الكذب وقد يصل إلى الخداع والنفق في التعامل مع الواقع من حوله . (٥ : ٣٩)



و تكمن مشكلة البحث في أن الإنسان يشعر بالقلق لأسباب تتعلق بالحاضر بما فيه من ضغوط ومشكلات، ولأسباب تتعلق بالمستقبل وتغييراته المتلاحقة، فيسعى الفرد دائما إلى محاولة خفض القلق والتوتر الذي تعترضه، بالإضافة إلى التغلب على المتطلبات والضغوط النفسية، من خلال لجوئه إلى العديد من العمليات النفسية حفاظا على توافقه وتوازنه النفسي والانفعالي.

وباعتبار أن وظيفة الأخصائي الرياضي من الوظائف التي لها دور هام في العملية التربوية بشكل عام داخل الجامعة وبالانشاط الرياضي بشكل خاص، حيث يقوم بأعمال وتعاملات مع فئات متعددة من الطلاب باختلاف أفكارهم وسلوكياتهم وتعليمهم، حيث يمكن استنزاف طاقته وشعوره بالحيوية والنشاط إضافة الى نشوء حالة من التوتر والقلق لديه، وقد شعر الباحث بوجود مشكلة البحث من خلال ما يلي:

- **الملاحظة الشخصية:** وجد الباحث خلال عمله كأخصائي رياضي بجامعة بنها أن الأخصائيين الرياضيين يميلون إلى الانشغال بالتفكير في كثير من الأمور التي تتعلق بالمستقبل، الأمر الذي يولد لديهم حالة من القلق والتوتر تجاه المستقبل، ويضع أمامهم العديد من العوائق التي تحول دون تحقيق أهدافه ومتطلباته التي يسعى إليها جاهدا، وبالتالي الشعور باختلال في توافقه النفسي والاجتماعي والاسري.

- **المقابلة الشخصية:** وقد قام الباحث بعمل مقابلة شخصية مع عدد (٤) من مديري إدارات رعاية الشباب بالجامعة الذين أكدوا على تفكيرهم و غيرهم من الأخصائيين الرياضيين الزائد في المستقبل وخوفهم منه بما يسبب لهم القلق والتوتر تجاه المستقبل بما يشعرونه باختلال في توافقهم النفسي.

- عدم وجود دراسات سابقة حول موضوع البحث تستهدف الأخصائيين الرياضيين بالجامعة.

أهداف البحث:

- التعرف على التوافق النفسي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها.

- التعرف على قلق المستقبل المهني لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها.

- التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي وقلق المستقبل المهني لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

الدراسات السابقة:

دراسة ناهد شريف (٢٠٠٥م) بعنوان "قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاوض والتشاؤم لدي طلاب جامعة دمشق" ويهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل وسمتي التفاوض



والتشاؤم، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث تم التطبيق على (٢٢٨٤) طالباً وطالبة منهم (١٠٤١) طالباً و (١٢٨٣) طالبة من طلاب جامعة دمشق، وأشارت أهم النتائج إلى ارتفاع درجة قلق المستقبل عند الإناث مقارنة مع الذكور، وتتنخفض درجة قلق المستقبل مع التقدم في العمر، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل، وأشارت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد لعينتين التجريبية والضابطة على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيع البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مباشرة ودرجاتهم بعد مرور شهرين من التطبيق مما يعنى فعالية الإرشاد العقلاى الإنفعالى فى خفض المستقبل .

دراسة هويده محمود ومحمد فرج (٢٠٠٦م) "قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة" وتهدف الدراسة إلى التعرف على قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من مستويات اجتماعية واقتصادية وثقافية مختلفة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد تم التطبيق على عدد (٢٣٢) طالباً وطالبة من الفرق الثانية بكلية التربية من أقسامها الأدبية والعلمية، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة كلية التربية ذوي المستويات الاجتماعية الاقتصادية والثقافية المختلفة في قلق المستقبل لصالح الطلبة من ذوي المستويات المنخفضة، وأشارت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلبة كلية التربية في قلق المستقبل لصالح الذكور بينما أشارت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة كلية التربية بالأقسام الأدبية والعلمية في قلق المستقبل

دراسة بشري احمد جاسم (٢٠٠٣) بعنوان "التكيف والصحة النفسية للطفل" وهدفت الدراسة إلي التعرف على مدى تأثير التكيف والصحة النفسية لدى الطفل، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تم التطبيق على عينة قوامها ٤٠٠ طالب وطالبة، وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين متغيرات البحث الثلاثة.

دراسة عبير إبراهيم السيد محمد (١٩٩٩)، بعنوان "مقارنة في التوافق النفسي والتوافق الحركى بين تلاميذ الأعداد العام والاعدادى الرياضي"، وقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التوافق النفسي والتوافق الحركي بين تلاميذ الاعداد العام والاعداد الرياضي، وقد إستخدمت الباحثة



المنهج الوصفي، حيث تم التطبيق على عينة قوامها ١٩٠ تلميذ وتلميذه، وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين تلميذات الإعداد العام والإعداد الرياضي التوافق النفسي الحركي لصالح الإعداد الرياضي.

منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي وفقا للأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث والهدف من إجرائه.

مجتمع وعينة البحث:

يمثل مجتمع البحث الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها وعددهم ١٢١ أخصائي رياضي، موزعين كما يوضح الجدول التالي :

جدول (١)**توزيع مجتمع البحث**

الهيئة	الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها	التمثيل النسبي
الإدارة العامة لرعاية الشباب	31	٢٥,٦٢
المدن الجامعية	8	٦,٦١
كلية الآداب	5	٤,١٣
كلية التجارة	11	٩,٠٩
كلية التربية	6	٤,٩٦
كلية التربية الرياضية	6	٤,٩٦
كلية التربية النوعية	5	٤,١٣
كلية التمريض	5	٤,١٣
كلية الحاسبات والذكاء الاصطناعي	6	٤,٩٦
كلية الحقوق	5	٤,١٣
كلية الزراعة	4	٣,٣١
كلية الطب البيطري	5	٤,١٣
كلية الطب البشري	5	٤,١٣
كلية العلوم	4	٣,٣١
كلية الفنون التطبيقية	4	٣,٣١
كلية الهندسة بشبرا	8	٦,٦١
مركز التنمية الشبابية	٣	٢,٤٨
المجموع	121	٪١٠٠

وقد توصل الباحثون إلى تطبيق مقاييس البحث على عدد (119) أخصائي رياضي من مجتمع البحث نظرا لعدم استقاء ٢ أخصائي رياضي، وقد تم تقسيمهم إلى عدد (٢٠) أخصائي رياضي كعينة لإيجاد المعاملات العلمية (صدق وثبات مقاييس البحث) ، وعدد (٩٩) لإجراء التطبيق النهائي لمقاييس البحث .

-أدوات ووسائل جمع البيانات

استخدم الباحث في جمع بيانات البحث مقياسين لجمع البيانات وهما كالتالي:

المقياس الأول : مقياس التوافق النفسي، وقد صمم هذا المقياس من طرف زينب شقير (٢٠٠٣)، حيث يقيس هذا الاختبار التوافق النفسي العام، وينقسم إلى أربعة محاور كل محور يحتوي على (٢٠)

عبارة، ويمكن تطبيق هذا المقياس على جميع الأعمار من الجنسين ابتداءً من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن.

وقد

المقياس الثاني: مقياس قلق المستقبل من تصميم الباحث، حيث قام الباحث بإجراء مسح للدراسات المتخصصة التي توفرت لديها موضوعات قلق المستقبل المهني للاستفادة منهم أثناء بناء المقياس.

وفيما يلي توضيح لما تم إجرائه بكل مقياس على حدة:

أولاً: مقياس التوافق النفسي

قام الباحثون بعمل معاملات علمية لمقياس التوافق النفسي بحساب صدق الاتساق الداخلي، وحساب معامل الثبات كما هو موضح فيما يلي:

جدول (٢) صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور

مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

المحور الثاني			المحور الاول		
العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م
٠,٧٨	٠,٨٨	١	٠,٩٢	٠,٨٤	١
٠,٨٩	٠,٨٣	٢	٠,٨٧	٠,٨٧	٢
٠,٨٢	٠,٩١	٣	٠,٨١	٠,٧٨	٣
٠,٨٨	٠,٨٤	٤	٠,٩٣	٠,٨٩	٤
٠,٨٩	٠,٨٠	٥	٠,٨٣	٠,٩٣	٥
٠,٨٤	٠,٨٩	٦	٠,٨٥	٠,٩٠	٦
٠,٨٧	٠,٨٣	٧	٠,٩١	٠,٨٣	٧
٠,٧٨	٠,٨٨	٨	٠,٨٨	٠,٩٣	٨
٠,٨٩	٠,٩٣	٩	٠,٨٥	٠,٨٨	٩
٠,٩٣	٠,٩٠	١٠	٠,٨٤	٠,٩٢	١٠
٠,٩٠	٠,٨٦	١١	٠,٨٨	٠,٨٦	١١
٠,٨٣	٠,٩١	١٢	٠,٩١	٠,٩٢	١٢
٠,٩٣	٠,٨٩	١٣	٠,٨٩	٠,٨٧	١٣
٠,٨٨	٠,٩٢	١٤	٠,٨٩	٠,٨١	١٤
٠,٩٢	٠,٨٦	١٥	٠,٨٤	٠,٩٣	١٥
٠,٨٦	٠,٨٩	١٦	٠,٨٧	٠,٨٣	١٦
٠,٩٢	٠,٨٤	١٧	٠,٧٨	٠,٨٥	١٧
٠,٨٧	٠,٨٧	١٨	٠,٨٩	٠,٩١	١٨
٠,٨١	٠,٧٨	١٩	٠,٩٣	٠,٨٨	١٩
٠,٩٣	٠,٨٩	٢٠	٠,٩٠	٠,٨٥	٢٠



تابع جدول (٢) صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور
مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

المحور الرابع			المحور الثالث		
العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م
٠.٩٣	٠.٨٩	١	٠.٨٩	٠.٨٩	١
٠.٨٣	٠.٩٣	٢	٠.٨٤	٠.٨٧	٢
٠.٨٥	٠.٩٠	٣	٠.٨٧	٠.٨٦	٣
٠.٩١	٠.٨٣	٤	٠.٧٨	٠.٩٢	٤
٠.٨٨	٠.٩٣	٥	٠.٨٩	٠.٨٧	٥
٠.٨٥	٠.٨٨	٦	٠.٩٣	٠.٨١	٦
٠.٨٤	٠.٩٢	٧	٠.٩٠	٠.٩٣	٧
٠.٨٨	٠.٨٦	٨	٠.٨٣	٠.٨٣	٨
٠.٩١	٠.٩٢	٩	٠.٨٦	٠.٨٥	٩
٠.٨٩	٠.٨٧	١٠	٠.٩٢	٠.٩١	١٠
٠.٩٣	٠.٨١	١١	٠.٩٢	٠.٨٨	١١
٠.٩٠	٠.٩٣	١٢	٠.٩٢	٠.٨٥	١٢
٠.٨٣	٠.٨٣	١٣	٠.٨٦	٠.٨٤	١٣
٠.٩٣	٠.٨٥	١٤	٠.٨٤	٠.٨٨	١٤
٠.٩٣	٠.٩١	١٥	٠.٩٣	٠.٩١	١٥
٠.٩٠	٠.٨٨	١٦	٠.٩٢	٠.٨٩	١٦
٠.٨٣	٠.٨٥	١٧	٠.٨٧	٠.٨٩	١٧
٠.٩٣	٠.٨٤	١٨	٠.٨٩	٠.٨٤	١٨
٠.٩٣	٠.٨٩	١٩	٠.٨٧	٠.٩٢	١٩
٠.٩٠	٠.٩٣	٢٠	٠.٨٦	٠.٨٦	٢٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠

يوضح جدول (٢) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي للمحاور مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها، وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥



جدول (٣) صدق الاتساق الداخلي بين المحور والمجموع الكلي لمحاور مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المحاور	معامل الارتباط
١		٠.٨٧
٢		٠.٩١
٣		٠.٩٠
		٠.٨٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠

يوضح الجدول وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع المحور وبين المجموع الكلي لمحاور مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها"، وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ، وأن قيمة الارتباط بين المحور وبين المجموع الكلي للمحاور قد انحصرت ما بين (٠.٨٧ - ٠.٩١) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق النفسي.

ثبات مقاييس التوافق النفسي :

قام الباحث بحساب معامل الثبات للمقياسين المستخدمين في البحث (مقياس قلق المستقبل/ مقياس التوافق النفسي) عن طريق إعادة التطبيق. Test-Retest حيث تم تطبيق المقياسين على عينة تقنين قوامها (٢٠) فرد ممثلة لمجتمع البحث ، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة للتأكد من ثبات المقياسين ، حيث كان التطبيق الأول ٢٠٢١ / ٠٩ / ٢٢ م إلى ٢٠٢١ / ٠٩ / ٢٦ م ، وإعادة التطبيق يوم ٢٠٢١ / ١٠ / ١٣ م إلى ٢٠٢١ / ١٠ / ١٧ م ، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين لكل مقياس على حدة، وقد تم ذلك باستخدام معادلة سييرمان لارتباط الرتب ، علماً بأن هذه العينة استخدمت لحساب المعاملات العلمية للمقياسين ، والجدول رقم (١٦)، (١٧)، (١٨)، (١٩)، (٢٠)، (٢١) يوضحون معامل الثبات لمحور المقياسين (قلق المستقبل - التوافق النفسي) .

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات لمقياس
التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

المحور الرابع		المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الأول	
معامل الارتباط	م						
٠.٨٨	١	٠.٨٩	١	٠.٨٩	١	٠.٨٤	١
٠.٨٤	٢	٠.٨٥	٢	٠.٩٠	٢	٠.٩١	٢
٠.٨٩	٣	٠.٨٨	٣	٠.٨٦	٣	٠.٨٩	٣
٠.٩٣	٤	٠.٨٧	٤	٠.٩١	٤	٠.٨٥	٤
٠.٩١	٥	٠.٨٩	٥	٠.٨٨	٥	٠.٨٩	٥
٠.٨٧	٦	٠.٨٢	٦	٠.٨٧	٦	٠.٨٧	٦
٠.٨٥	٧	٠.٨٧	٧	٠.٨٨	٧	٠.٩٠	٧
٠.٩١	٨	٠.٩٢	٨	٠.٨٩	٨	٠.٨٨	٨
٠.٨٦	٩	٠.٨٤	٩	٠.٩٠	٩	٠.٩١	٩
٠.٨٨	١٠	٠.٨٨	١٠	٠.٨٧	١٠	٠.٨٨	١٠
٠.٨٨	١١	٠.٨٨	١١	٠.٨٨	١١	٠.٨٩	١١
٠.٨٥	١٢	٠.٨٤	١٢	٠.٨٤	١٢	٠.٨٥	١٢
٠.٨٩	١٣	٠.٩١	١٣	٠.٨٩	١٣	٠.٨٨	١٣
٠.٩٢	١٤	٠.٨٨	١٤	٠.٩٣	١٤	٠.٨٧	١٤
٠.٩٣	١٥	٠.٩٣	١٥	٠.٩١	١٥	٠.٨٩	١٥
٠.٩٣	١٦	٠.٨٤	١٦	٠.٨٩	١٦	٠.٨٢	١٦
٠.٧٩	١٧	٠.٨٦	١٧	٠.٩٠	١٧	٠.٨٧	١٧
٠.٨٨	١٨	٠.٩٠	١٨	٠.٨٦	١٨	٠.٩٢	١٨
٠.٨٤	١٩	٠.٨٨	١٩	٠.٩١	١٩	٠.٨٤	١٩
٠.٨٩	٢٠	٠.٩٠	٢٠	٠.٨٨	٢٠	٠.٨٨	٢٠

جدول (٥)

معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمحاور مقياس
التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المحاور	قيم ألفا كرونباخ
١	المحور الأول	*٠.٨٥١
٢	المحور الثاني	*٠.٨٥٣
٣	المحور الثالث	*٠.٨٥٤
٤	المحور الرابع	*٠.٨٥٢

يوضح الجدول معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمحاور مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها ويتضح دلالة معامل ألفا لمحاور المقياس الأربعة

جدول (٦)

معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات الكلي لمقياس
التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المقياس	معامل الارتباط
١	مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها	٠.٨٦

يوضح الجدول معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات الكلي لمقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها ، ويتضح أن معامل ألفا الكلي للمقياس يساوي (٠.٨٦) وهو معامل ثبات مرتفع .

ثانياً: مقياس قلق المستقبل المهني

قام الباحثون بعمل معاملات علمية لمقياس قلق المستقبل المهني بحساب الصدق المنطقي وصدق الاتساق الداخلي، وحساب معامل الثبات كما هو موضح فيما يلي:
الصدق المنطقي لمقياس قلق المستقبل المهني:

استخدم الباحثون الصدق المنطقي بعرض قائمة المقياس على عدد (١٠) خبير من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال الإدارة الرياضية وعلم النفس الرياضي، وذلك بغرض التحقق من أن مقياس قلق المستقبل المهني يقيس بالفعل الهدف الذي وضع من أجله ، وذلك في الفترة من ٢٩ / ٠٧ / ٢٠٢١ إلى ٢٣ / ٠٨ / ٢٠٢١ م ، ليتفضلوا بإبداء الرأي سواء بالتعديل أو الحذف أو الإضافة إلى أن انتهى المقياس إلى صورته النهائية، وقد اتبع الباحثون الخطوات التالية :

أولاً : قام الباحثون باقتراح المحاور الافتراضية لقائمة المقياس وعددها (٣) محاور وهي :

❖ المحور الأول : الاتجاه نحو التخصص

❖ المحور الثاني : الشعور بالإحباط

❖ المحور الثالث : الاتجاه نحو المهنة

حيث تم عرض تلك المحاور الافتراضية على السادة الخبراء وذلك لإضافة أو الحذف أو التعديل لأي محور من تلك المحاور، مستخدماً في ذلك مقياس ثنائي التقدير (مناسب - غير مناسب) ، وجاء رأى السادة الخبراء حول مناسبة محاور المقياس كما يلي:

جدول (٧)

التكرار والنسبة المئوية والأهمية النسبية لآراء السادة الخبراء حول محاور مقياس قلق المستقبل

للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ١٠

م	المحاور	مناسب		غير مناسب		الأهمية النسبية
		ك	%	ك	%	
١	المحور الأول : الاتجاه نحو التخصص	١٠	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠
٢	المحور الثاني : الشعور بالإحباط	١٠	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠
٤	المحور الثالث : الاتجاه نحو المهنة	١٠	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠

يوضح الجدول التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية لآراء السادة الخبراء حول محاور مقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها، وكانت الأهمية النسبية لكافة المحاور ١٠٠ % .

ثانيا : صياغة مجموعة من العبارات لكل محور من محاور المقياس الخاص بقلق المستقبل لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها وعرض تلك العبارات على السادة الخبراء .

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس حيث بلغ عددها (٤٧) وذلك من خلال القيام بعملية البحث المرجعي للإطار النظري والدراسات السابقة وما جاءت به بعض المراجع المتخصصة .

جدول (٨)

العدد المبدئي بكل محور من محاور المقياس المبدئية

م	المحاور	البيان	عدد العبارات
١	المحور الأول	لتخصص	١٧
٢	المحور الثاني	باط	١٢
	المحور الثالث	لمهنة	١٧
الإجمالي			٤٧

ويوضح الجدول النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها.

جدول (٩)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس قلق المستقبل
للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن=١٠

المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الأول	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
١	١٠٠	١	١٠٠	١	٩٠
٢	١٠٠	٢	١٠٠	٢	١٠٠
٣	١٠٠	٣	١٠٠	٣	١٠٠
٤	١٠٠	٤	١٠٠	٤	١٠٠
٥	٨٠	٥	١٠٠	٥	١٠٠
٦	١٠٠	٦	١٠٠	٦	١٠٠
٧	١٠٠	٧	١٠٠	٧	١٠٠
٨	١٠٠	٨	١٠٠	٨	١٠٠
٩	١٠٠	٩	٩٠	٩	١٠٠
١٠	١٠٠	١٠	١٠٠	١٠	٩٠
١١	١٠٠	١١	١٠٠	١١	١٠٠
١٢	١٠٠	١٢	١٠٠	١٢	١٠٠
١٣	١٠٠			١٣	١٠٠
١٤	١٠٠			١٤	١٠٠
١٥	١٠٠			١٥	١٠٠
١٦	١٠٠			١٦	١٠٠
١٧	١٠٠			١٧	١٠٠

يوضح الجدول (النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (٩٠% : ١٠٠%)، حيث لم يتم إضافة أو استبعاد أي عبارة من عبارات المقياس. وقد قام الباحث باستخدام ميزان ثلاثي التقدير للصورة النهائية لمقياس قلق المستقبل ومقياس التوافق النفسي التي طبقت على عينة البحث (نعم - إلى حد ما - لا) ، وقد وافق السادة الخبراء على أسلوب تصحيح عبارات المقياس .

- صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل :

قام الباحث بحساب معامل صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل عن طريق تطبيق المقياس على مجموعة من الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها قوامها (٢٠) فرداً ممثلة لمجتمع البحث، وذلك بغرض تقدير صدق عبارات المقياس وقد تم ذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والمحور وبين كل عبارة والمجموع الكلي للمحاور وبين المحور والمجموع الكلي للمحاور، وذلك في الفترة من ٠١ / ٠٩ / ٢٠٢١م إلى ١٨ / ٠٩ / ٢٠٢١م ، والجدول التالي توضح معامل صدق الاتساق الداخلي لقائمة المقياس .

جدول (١٠)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور مقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

المحور الثالث			المحور الثاني			المحور الاول		
العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع المحور	م
٠,٩١	٠,٨٨	١	٠,٨٦	٠,٩٣	١	٠,٩٢	٠,٨٤	١
٠,٨٣	٠,٧٨	٢	٠,٩٢	٠,٨٩	٢	٠,٨٦	٠,٨٨	٢
٠,٨٦	٠,٩٢	٣	٠,٨٧	٠,٩٠	٣	٠,٨٩	٠,٩١	٣
٠,٩٢	٠,٨٧	٤	٠,٨١	٠,٨٦	٤	٠,٨٤	٠,٨٩	٤
٠,٨٦	٠,٩٣	٥	٠,٩٣	٠,٩١	٥	٠,٨٧	٠,٩٣	٥
٠,٨٧	٠,٩٢	٦	٠,٨٣	٠,٨٨	٦	٠,٧٨	٠,٩٠	٦
٠,٩١	٠,٨٦	٧	٠,٨٥	٠,٨٩	٧	٠,٨٩	٠,٨٣	٧
٠,٨٣	٠,٧٨	٨	٠,٩١	٠,٨٤	٨	٠,٩٣	٠,٩٣	٨
٠,٩٢	٠,٨٥	٩	٠,٨٨	٠,٩٣	٩	٠,٨٦	٠,٩٣	٩
٠,٨٦	٠,٩٢	١٠	٠,٨٥	٠,٨٨	١٠	٠,٨٤	٠,٩٠	١٠
٠,٩١	٠,٨٨	١١	٠,٨٤	٠,٨٣	١١	٠,٩٣	٠,٨٣	١١
٠,٨٣	٠,٨٧	١٢	٠,٨٨	٠,٩٣	١٢	٠,٩٢	٠,٩٣	١٢
٠,٩٣	٠,٩٠	١٣	٠,٩١	٠,٨٨	١٣	٠,٨٧	٠,٩٣	١٣
٠,٨٦	٠,٩١	١٤				٠,٨٩	٠,٩٠	١٤
٠,٨١	٠,٨٦	١٥				٠,٨٧	٠,٩٢	١٥
٠,٩٢	٠,٨٨	١٦				٠,٨٦	٠,٨٨	١٦
٠,٨٩	٠,٨٥	١٧				٠,٨٧	٠,٨٩	١٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠

يوضح الجدول وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي للمحاور مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور مقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها، وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥

جدول (١٠)

صدق الاتساق الداخلي بين المحور والمجموع الكلي لمحاور مقياس
قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المحاور	معامل الارتباط
١	المحور الأول : الاتجاه نحو التخصص	٠.٨٨
	المحور الثاني : الشعور بالإحباط	٠.٩٢
٣	المحور الثالث : الاتجاه نحو المهنة	٠.٨٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠

يوضح الجدول وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع المحور وبين المجموع الكلي لمحاور مقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها، وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ، وأن قيمة الارتباط بين المحور وبين المجموع الكلي للمحاور قد انحصرت ما بين (٠.٨٨ - ٠.٩٢) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل.

ثبات مقاييس قلق المستقبل المهني :

قام الباحث بحساب معامل الثبات لمقياس قلق المستقبل المهني عن طريق إعادة التطبيق Test-Retest. حيث تم تطبيق المقياسين على عينة تقنين قوامها (٢٠) فرد ممثلة لمجتمع البحث ، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة للتأكد من ثبات المقياسيين ، حيث كان التطبيق الأول ٢٢/٠٩/٢٠٢١م إلى ٢٦/٠٩/٢٠٢١م ، وإعادة التطبيق يوم ١٣/١٠/٢٠٢١م إلى ١٧/١٠/٢٠٢١م ، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين، وقد تم ذلك باستخدام معادلة



سييرمان لارتباط الرتب ، علماً بأن هذه العينة استخدمت لحساب المعاملات العلمية للمقياسين ، والجداول التالية توضح معامل الثبات لمقياس قلق المستقبل.

جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات لمقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الأول	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
٠,٩٠	١	٠,٨٧	١	٠,٩٣	١
٠,٨٨	٢	٠,٨٣	٢	٠,٩١	٢
٠,٩١	٣	٠,٩١	٣	٠,٨٩	٣
٠,٨٨	٤	٠,٨٥	٤	٠,٨٧	٤
٠,٨٩	٥	٠,٨٦	٥	٠,٩٣	٥
٠,٨٥	٦	٠,٩١	٦	٠,٩٠	٦
٠,٨٨	٧	٠,٨٦	٧	٠,٨٣	٧
٠,٨٧	٨	٠,٩٢	٨	٠,٩٣	٨
٠,٨٩	٩	٠,٨٧	٩	٠,٨٨	٩
٠,٨٢	١٠	٠,٨١	١٠	٠,٩٢	١٠
٠,٨٧	١١	٠,٩٣	١١	٠,٨٦	١١
٠,٩٢	١٢	٠,٨٣	١٢	٠,٩٢	١٢
٠,٨٤	١٣			٠,٨٧	١٣
٠,٨٨	١٤			٠,٨١	١٤
٠,٨٨	١٥			٠,٩٣	١٥
٠,٨٤	١٦			٠,٨٣	١٦
٠,٩١	١٧			٠,٨٥	١٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠

جدول (١٢)

معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمحاور مقياس
قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المحاور	قيم ألفا كرونباخ
١	: الاتجاه نحو التخصص	*٠.٨٥٣
٢	: الشعور بالإحباط	*٠.٨٥٢
٣	: الاتجاه نحو المهنة	*٠.٨٥٤

يوضح الجدول معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمحاور مقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها ويتضح دلالة معامل ألفا لمحاور المقياس الأربعة

جدول (١٣)

معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات الكلي لمقياس
قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = ٢٠

م	المقياس	معامل الارتباط
١	مقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها	٠.٨٨

يوضح الجدول معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات الكلي لمقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها ، ويتضح أن معامل ألفا الكلي للمقياس يساوي (٠.٨٨) وهو معامل ثبات مرتفع .

تطبيق مقاييس البحث :

بعد التأكد من كافة الشروط العلمية لمقاييس البحث (مقياس قلق المستقبل المهني، ومقياس التوافق النفسي) للتطبيق على عينة البحث حول "التوافق النفسي وعلاقتها بقلق المستقبل المهني



للاخصائين الرياضيين بجامعة بنها"، قام الباحث بتطبيق المقياسيين في صورتها النهائية على الأخصائين الرياضيين بجامعة بنها، وكانت قوامها (٩٩) أخصائي، وذلك في الفترة من ١٠/٢٧/٢٠٢١م إلى ١٢/١٦/٢٠٢١م مع مراعاة الآتي:

التأكيد على أفراد العينة بأهمية استجاباتهم للاستفادة منها وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم اختيار أكثر من إجابة للعبارة الواحدة، وأنها تجمع فقط من أجل البحث العلمي لإزالة أي مخاوف قد تقلل من تفاعلهم في الإجابة على المقياس.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

إستخدم الباحث المعالجات الإحصائية الملائمة لطبيعة بيانات البحث وذلك من خلال

البرنامج الإحصائي SPSS كالتالي:

- النسبة المئوية.
- معامل الصدق (صدق الاتساق الداخلي).
- معامل الثبات.
- معامل الارتباط.
- معامل ألفا كرونباخ.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- تاء الفروق.



عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

التساؤل الأول "ما هي استجابات الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها عن التوافق النفسي؟"

وللإجابة عن هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لجميع محاور مقياس التوافق النفسي والدلالة الإحصائية لقيمة المتوسط الحسابي عند الوسط الفرضي، وكذلك تم حساب المتوسط الحسابي للاستبيان بشكل عام كما هو موضح في الجدول ()؛ وذلك بهدف التحقق من معنوية المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي.

جدول (١٤) النسبة المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة لدرجات التوافق النفسي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

ن = (٩٩)

م	المحور	المتوسط الحسابي	تقدير الدرجة	الرتبة حسب الأوساط الحسابية	%	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (T) عند ٠,٠٥	الدالة الإحصائية
١	التوافق النفسي - المحور الأول التوافق الشخصي والانفعالي	1.54	مرتفع	1	77.02	0.08	٢٩,٦٩	١,٦٦٢	دالة
٢	التوافق النفسي - المحور الثاني التوافق الصحي والجسدي	1.28	متوسط	4	63.36	0.10	٢٨,٨٨	١,٦٦٢	دالة
٣	التوافق النفسي - المحور الثالث التوافق الأسري	1.53	مرتفع	2	76.46	0.13	٤٠,٥١	١,٦٦٢	دالة
٤	التوافق النفسي - المحور الرابع التوافق الاجتماعي	1.44	مرتفع	3	72.12	0.09	٥١,٣٥	١,٦٦٢	دالة
الدرجة الكلية للتوافق النفسي متوسط حسابي 1.45 انحراف معياري 0.02 نسبة مئوية 72.38									

يتبين من خلال نتائج الجدول رقم (١٤) أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للمحور الأول التوافق الشخصي والانفعالي بمقياس التوافق الشخصي - بلغ (١.٥٤)، بمستوى توافق (مرتفع)، وانحراف معياري (٠.٠٨)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للتوافق الشخصي والانفعالي من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (٢٩.٦٩) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

كما تشير النتائج أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية المحور الثاني التوافق الصحي والجسدي بمقياس التوافق الشخصي - بلغ (١.٢٨)، بمستوى توافق (متوسط)، وانحراف معياري (٠.١٠)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للتوافق الصحي والجسدي من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (٢٨.٨٨) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

كما يظهر نتائج المحور الثالث التوافق الأسري بمقياس التوافق الشخصي أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية - بلغ (١.٥٣)، بمستوى توافق (مرتفع)، وانحراف معياري (٠.١٣)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للتوافق الأسري من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (٤٠.٥١) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

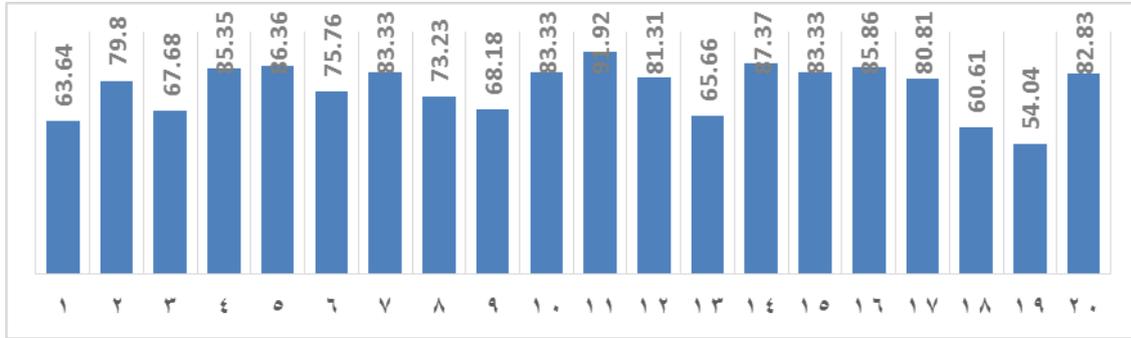
كما يتبين أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية المحور الرابع التوافق الاجتماعي بمقياس التوافق الشخصي - بلغ (١.٤٤)، بمستوى توافق (مرتفع)، وانحراف معياري (٠.٠٩)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للتوافق الاجتماعي من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (٥١.٣٥) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

ويلاحظ أن المتوسط الحسابي الكلي لدرجات مقياس التوافق النفسي الكلية لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها بلغت (١.٤٥) بتقدير درجة (مرتفع)، وانحراف معياري (٠.٠٢) وهي قيمة تقل عن الواحد الصحيح مما يدل على تجانس تقدير أفراد العينة لدرجات تقدير التوافق النفسي. وفيما يلي عرض لنتائج عينة البحث حول أبعاد مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين جامعة بنها.

عرض نتائج عينة البحث حول مقياس التوافق النفسي للأخصائيين الرياضيين جامعة بنها

أ- المحور الأول التوافق الشخصي

والانفعالي



شكل (١) النسبة المئوية لدرجات التوافق الشخصي والانفعالي

لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

تشير نتائج الشكل السابق أن الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها يتمتعون بمستوى توافق شخصي وانفعالي (مرتفع) وذلك بمتوسط حسابي (١.٥٤).

حيث تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات المحور ما بين (١.٠٨ إلى ١.٨٤)، وجاءت العبارة (هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟) في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٨٤)، وأعلى قيمة لـ (t test) والتي بلغت (١٩.٧٩)، بمستوى توافق (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٩١.٩٢).

كما جاءت عبارة (هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟) في المرتبة الثانية، متوسط حسابي (١.٧٥)، ونسبة (٨٧.٣٧).

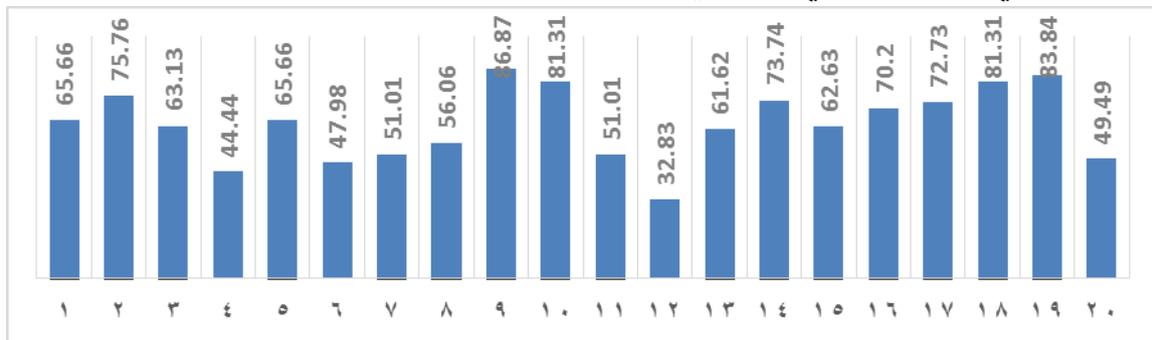
بينما جاءت عبارة (هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟) غير دالة وفي المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (١.٠٨)، وبالمثل أقل قيمة لـ (t test) والتي بلغت (١.٢١) بمستوى توافق شخصي وانفعالي (متوسط)، وبأقل نسبة والتي بلغت (٦٩.٣٦).

وتشير نتائج الجدول إلى أن مستوى توافق عينة البحث على العبارة رقم (١) (هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟) كان (متوسط)، بنسبة مئوية (٦٣.٦٤)؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي (١.٢٧) وكانت قيمة (T test) (٤.٠٧)؛ ويُرجع الباحث ذلك إلى ما أبدوه الأخصائيين الرياضيين

بالمقابلة الشخصية من تجنب التحديات اللازمة لتطوير أعمالهم، حيث يرون صعوبة في تغيير طرق العمل الروتينية.

بينما تشير نتائج الجدول إلى اتفاق استجابات عينة البحث بمستوى توافق شخصي وانفعالي (مرتفع) على العبارات رقم (٧، ١٠، ١٥) بمتوسط حسابي (١.٦٧)، ونسبة مئوية (٨٣.٣٣). وبناءً على ما تقدم؛ يرى الباحث أن الكائن الحي بجانب ما لديه من قدرة على التلاؤم مع البيئة الطبيعية أيضاً لديه القدرة على التلاؤم مع الظروف النفسية والاجتماعية التي يمر بها، وأن جميع اتجاهات تعريف التوافق تشير إلى أنه عملية تتم بين الفرد والبيئة بحيث يشعر بالرضا والسعادة.

ب- المحور الثاني التوافق الصحي والجسدي



شكل (٢) النسبة المئوية لدرجات التوافق الشخصي والانفعالي

لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

يبين المحور الشكل السابق أن الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها يتمتعون بمستوى توافق صحي وجسدي (متوسط) وذلك بمتوسط حسابي (١.٢٨). ويرى الباحث أن سبب النتيجة العامة التي ظهر فيها التوافق الصحي والجسدي بدرجة متوسطة لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها في ظهور عدم تمتعهم بالصحة والنشاط والحيوية بالقدر الكافي لمزاولة الأعمال الوظيفية، حيث يرجع ذلك إلى غالبية الأعمال الإدارية التي يقوم بها والتي تطلب العمل المكتبي لفترات طويلة.

وتراوح المتوسطات الحسابية لعبارات المحور ما بين (١.٧٤ إلى ٠.٩٩)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (هل تعاني من بعض العادات مثل "قضم الأظافر والغمز بالعين؟") في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٧٤)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (١٣.٩٣)، بمستوى توافق (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٨٦.٨٧).

وجاءت عبارة (هل تشعر أحيانا بصعوبة النطق والكلام؟) في المرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (١.٦٨)، ونسبة مئوية (٨٣.٨٤).

بينما جاءت عبارة (هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الاكل) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٦٦)، وبالمثل أقل قيمة لـ (t test) والتي بلغت (-٥.٤٦)، ومستوى توافق (منخفض)، وبأقل نسبة مئوية والتي بلغت (٣٢.٨٣).

ويعزي الباحث تلك النتيجة نتاج الى ان ما أشارت به عبارات أخرى من ممارسات حياتية خاطئة، وبناءً على ما تقدم يرى الباحث أن التوافق الصحي والجسمي هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية، مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا

ج- المحور الثالث التوافق الأسري



شكل (٣) النسبة المئوية لدرجات التوافق الشخصي والانفعالي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

يبين المحور الشكل السابق أن الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها يتمتعون بمستوى توافق أسري (مرتفع) وذلك بمتوسط حسابي (١.٥٣).

حيث تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثالث التوافق الأسري لمقياس التوافق النفسي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها قيد البحث قد تراوحت ما بين (٩٧.٤٧ إلى ٥١.٠١)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٧٦.٤٦).

وتراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات المحور ما بين (١.٩٥ إلى ١.٠٢)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (هل تتمنى أحيانا ان تكون لك أسرة غير اسرتك؟) في المرتبة

الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٩٥)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (٣٦.٠)، ومستوى توافق (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٩٧.٤٧). وجاءت عبارة (هل انت محبوب من افراد اسرتك؟) في المرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (١.٨١)، ونسبة مئوية (٩٠.٤٠). مما سبق يرى الباحث أن الأسرة ينظر إليها على أنها وحدة من الأشخاص المتفاعلين، يحدد كل شخص داخل الأسرة عدد من الأدوار، أي أن الفرد يدرك معايير وتوقعات الدور الذي يحدده له الأعضاء الآخرون في الأسرة وينسبون لها إليه، وإلى سلوكه والكيان العضوي الأسري.

د- المحور الرابع التوافق الاجتماعي



شكل (٤) النسبة المئوية لدرجات التوافق الشخصي والانفعالي

لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

يبين المحور الشكل السابق أن الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها يتمتعون بمستوى توافق اجتماعي (مرتفع) وذلك بمتوسط حسابي (١.٤٤). حيث تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الرابع التوافق الاجتماعي لمقياس التوافق النفسي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها قيد البحث قد تراوحت ما بين (٨٨.٨٩ إلى ١٠.١٠)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٧٢.١٢). وتراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات المحور ما بين (١.٧٨ إلى ٠.٢٠)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (هل تحترم رأي زملائك وتعمل به اذا كان رأيا صائبا؟) في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٧٨)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (١٥.٢٩)، ومستوى توافق (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٨٨.٨٩). كما جاءت عبارتي



(هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟)، (هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك اثناء الحديث امامهم) ؟) في المرتبة الثانية والثالثة، بنفس قيمة المتوسط حسابي. بينما جاءت عبارة (هل تفكر كثيرا قبل ان تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه) ؟) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٢٠)، وبالمثل أقل قيمه لـ (t test) والتي بلغت (-١٧.٥٩)، ومستوى توافق (منخفض)، وبأقل نسبة مئوية والتي بلغت (١٠.١٠).

ثانيا : عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

" ما هي استجابات الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها عن قلق المستقبل المهني؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج النسبة المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس قلق المستقبل والدلالة الإحصائية لقيمة المتوسط الحسابي عند الوسط الفرضي ؛ وذلك بهدف التحقق من معنوية الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل، ومن ثم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة (one sample T test).

جدول (١٥) اختبار ت لعينة واحدة للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات مستوى

قلق المستقبل لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

م	المحور	المتوسط الحسابي	تقدير الدرجة	الرتبة حسب الأوساط الحسابية	%	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (T) عند test) ٠,٠٥	الدالة الإحصائية
١	المحور الأول : الاتجاه نحو التخصص	٠,٩٦	متوسط	4	47.38	0.2	٢,١٩-	١,٦٦٢	دالة
٢	المحور الثاني : الشعور بالإحباط	١,٠٤	متوسط	2	50.46	0.27	١٠,٧	١,٦٦٢	دالة
٣	المحور الثالث : الاتجاه نحو المهنة	١,٣٤	مرتفع	1	67.14	0.11	٢٩,٦٧	١,٦٦٢	دالة
الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل متوسط حسابي ١,٠٩ نسبة مئوية 54.63 انحراف معياري 0.08									

يتبين من نتائج الجدول رقم (١٥) أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للمحور الأول ، بلغ (٠.٩٦)، بتقدير درجة (متوسط)، وانحراف معياري (٠.٢٠)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للتفكير السلبي تجاه المستقبل من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (-٢.١٩) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

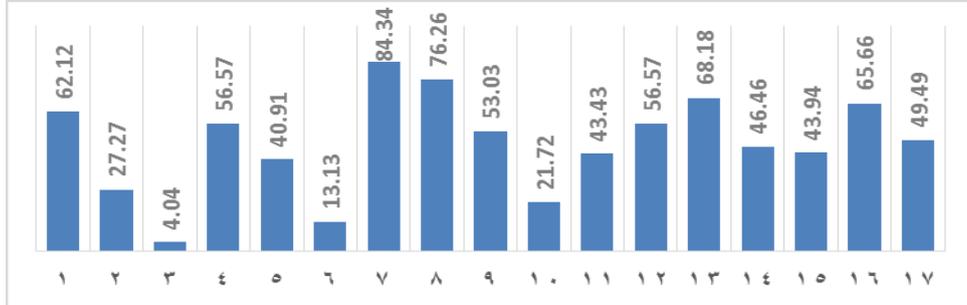
كما يتبين أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للمحور الثاني ، بلغ (١.٠٤)، بتقدير درجة (متوسط)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للقلق من الأحداث الحياتية من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (١.٠٧) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

كما تشير النتائج إلى أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للمحور ، بلغ (١.٣٤)، بتقدير درجة (مرتفع)، وانحراف معياري (٠.١١)، كما أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المتوسط الفعلي لمتغير الدرجة الكلية للمظاهر النفسجسمية لقلق المستقبل من جهة والمتوسط الفرضي من جهة أخرى؛ إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للفرق بين المتوسطين (٢٩.٦٧) وهي أكبر من (ت) الجدولية.

بينما كان المتوسط الحسابي الكلي لدرجات مقياس قلق المستقبل المهني الكلي لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها بلغت (١.٠٩) بتقدير (متوسط)، وانحراف معياري (٠.٠٨) وهي قيمة تقل عن الواحد الصحيح مما يدل على تجانس أفراد العينة لدرجات التوافق النفسي بتقدير درجة (متوسط)، وفيما يلي عرض لنتائج عينة البحث حول أبعاد مقياس قلق المستقبل للأخصائيين الرياضيين جامعة بنها.

ثانياً: عرض نتائج عينة البحث حول مقياس قلق المستقبل المهني للأخصائيين الرياضيين
جامعة بنها

أ- المحور الأول



شكل النسبة المئوية لدرجات المحور الأول قلق المستقبل المهني لدى الأخصائيين الرياضيين
بجامعة بنها،

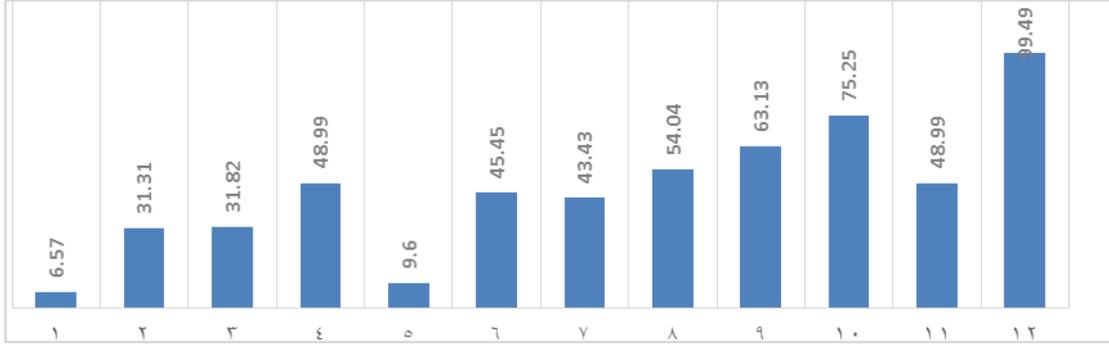
يبين المحور الشكل السابق أن المتوسطات الحسابية لعبارات المحور تراوحت ما بين (١.٦٩ إلى ١٠.٠٨)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (أخشى من قلة فرص العمل ثاني بعد انتهائي من العمل الرئيسي) في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٦٩)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (١١.٠٨)، بدرجة تقدير (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (١١.٠٨).

وجاءت عبارة (يقلقني عدم حصولي على راتب مجزى عند شغلي وظيفه ما) في المرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (١.٥٣)، ونسبة مئوية (٧٦.٢٦).

بينما جاءت عبارة (مشاكل الحياة تفرض نفسها على تفكيري) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (١٠.٠٨)، وبالمثل أقل قيمه لـ (t test) والتي بلغت (-٢٩.٦٠)، ودرجة تقدير (ضعيف)، وبأقل نسبة مئوية والتي بلغت (٤.٠٤).

ويرى الباحث أن خوف الأخصائيين الرياضيين من فرصة وجود عمل ثاني وكذلك عدم القدرة على تحقيق الذات في العمل يرجع الى قيود الروتين الوظيفي وقلة وجود فرص عمل تناسبهم ومن جانب آخر هناك قلة الراتب الوظيفي وزيادة الأسعار المستمر.

المحور الثاني



شكل النسبة المئوية لدرجات المحور الثاني قلق المستقبل لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

يبين المحور الشكل السابق نجد أن المتوسطات الحسابية لعبارات المحور تراوحت ما بين (١.٩٩ إلى ٠.١٣)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (يضايقني التعامل بالرشوة لقضاء احتياجاتي) في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٩٩)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (٩٨)، بتقدير (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٩٩.٤٩). وجاءت عبارة (يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل) في المرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (١.٥١)، ونسبة مئوية (٧.١٣).

بينما جاءت عبارة (أشعر بقلق شديد من نتيجة ما يحدث من عنف) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.١٣)، وبالمثل أقل قيمه لـ (t test) والتي بلغت (-٢٣.٥)، ودرجة تقدير (منخفض)، وبأقل نسبة مئوية والتي بلغت (٦.٥٧).

ج- المحور الثالث



شكل النسبة المئوية لدرجات المحور الثالث قلق المستقبل المهني لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

يبين المحور الشكل السابق أن المتوسطات الحسابية لعبارات المحور تراوحت ما بين (١.٧٧ إلى ٠.٨٨)، حيث جاءت العبارة الخاصة بـ (أشعر بعدم القدرة على اتخاذ القرارات) في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (١.٧٧)، وأعلى قيمه لـ (t test) والتي بلغت (١٥.٥٥)، بتقدير (مرتفع)، وبأعلى نسبة مئوية والتي بلغت (٨٨.٣٨). وجاءت عبارة (أشعر بالخجل والرغبة عند التحدث مع الآخرين) في المرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (١.٥٦)، ونسبة مئوية (٧٧.٧٨).

بينما جاءت عبارة (أعاني من ارتفاع ضغط الدم من كثرة اعباء العمل) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٨٨)، وبالمثل أقل قيمه لـ (t test) والتي بلغت (-١.٣١)، ودرجة تقدير (متوسط)، وبأقل نسبة مئوية والتي بلغت (٤٣.٩٤)
عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث:

"هل توجد علاقة ارتباطية بين (التوافق النفسي، قلق المستقبل المهني) لدي الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها؟"

وللإجابة عن هذا الفرض والتعرف على طبيعة العلاقة التوافق النفسي، قلق المستقبل) لدي الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient)، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي، جدول رقم (٣٥):

جدول (١٦)
معاملات الارتباط المتبادلة بين التوافق النفسي وقلق المستقبل المهني لدى
الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها

قلق المستقبل				متغيرات البحث	
الدرجة الكلية لقلق المستقبل المهني	الاتجاه نحو المهنة	الشعور بالإحباط	الاتجاه نحو التخصص		
**٠,٤٧٤-	٠,١١٥-	**٠,٦٧٤-	**٠,٦٠٠-	التوافق الشخصي والانفعالي	التوافق النفسي
**٠,٥٧٠	**٠,٨١٨	**٠,٣٤٣	**٠,٤٤٨	التوافق الصحي والجسمي	
**٠,٥٧٥-	*٠,٢٣٣-	**٠,٧٥٥-	**٠,٦٩٤-	التوافق الأسري	
**٠,٥٨٢-	*٠,٢٣٦-	**٠,٧٥٢-	**٠,٧٠٣-	التوافق الاجتماعي	
**٠,٤٠٤-	٠,٠٣٠-	**٠,٦٢٠-	**٠,٥٤٢-	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	
* دالة عند مستوى ٠.٠١ فأقل.					
* دالة عند مستوى ٠.٠٥ فأقل.					

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بيرسون بين درجات التوافق النفسي وقلق المستقبل لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها، حيث جاءت العلاقة للدرجة الكلية بين المتغيرين عكسية متوسطة (-٠.٤٠٤)، وقيمة دلالة (٠.٠) وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى المعنوية (٠.٠١).

بينما أظهرت نتائج المحاور بأنه توجد ارتباطات عكسية دالة إحصائياً بين محور (التوافق الشخصي والانفعالي) وبين (الدرجة الكلية لقلق المستقبل المهني) بمعامل ارتباط (-٠.٤٧٤)، وقيمة دلالة (٠.٠) وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى المعنوية (٠.٠١).

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة صالح سعيد الغامدي (٢٠٢٠) والتي أشارت في نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين قلق المستقبل ومتغير الصمود النفسي.

بينما أشارت نتائج الجدول فيما يتعلق بمحاور (الاتجاه نحو التخصص - القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة) أيضاً إلى وجود ارتباطات عكسية دالة إحصائياً بمعاملات ارتباط (-٠.٦٠٠، -٠.٦٧٤) على التوالي، وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى المعنوية (٠.٠١). بينما جاءت ارتباطات محور (الخوف من المشكلات المستقبلية) طردية قوية بمعامل ارتباط

(٠.٨١٩)، وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى المعنوية (٠.٠٠١). في حين جاء ارتباط محور (المظاهر النفسجسمية لقلق المستقبل) غير دال بمعامل ارتباط (-٠.١١٥)، وقيمة دلالة (٠.٧٦٩).

الإستخلاصات:

- توجد علاقة ارتباط عكسية بين الدرجتين الكليتين للمقياسين (قلق المستقبل المهني - التوافق النفسي).
- توجد علاقة ارتباطات عكسية بين محور (التوافق الشخصي والانفعالي) وبين (الدرجة الكلية لقلق المستقبل المهني)
- توجد علاقة ارتباطات عكسية بين محورين (النظرة السلبية تجاه المستقبل - الاتجاه نحو التخصص).
- توجد علاقة ارتباط طردية بين (التوافق الصحي والجسمي) والدرجة الكلية لمحاور (الشعور بالاحباط).
- توجد علاقة ارتباط عكسية ضعيفة بين نفس المحور وبين محور (المظاهر النفسجسمية لقلق المستقبل)

التوصيات

- متابعة الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها الذين يعانون من قلق المستقبل، وتصميم البرامج والتدخلات التربوية المناسبة لتلبية احتياجاتهم الوظيفية والنفسية والاجتماعية.
- تفعيل خدمات التوجيه والارشاد في الجامعة من خلال القيام بإعداد وتصميم برامج إرشادية للحد من قلق المستقبل.
- تعزيز شعور الأخصائيين بالتوافق النفسي من خلال إقامة العديد من الأنشطة الجامعية مثل الندوات والبرامج الحوارية والبرامج الاجتماعية.
- توعية الأخصائيين الرياضيين نحو مستقبلهم من خلال التعرف على إمكاناتهم وتعليمهم مهارات التخطيط للمستقبل على أسس سليمة.
- التعرف على المشكلات النفسية وجوانب القصور لدى الأخصائيين الرياضيين بجامعة بنها والتخطيط لتطبيق البرامج الإرشادية العلاجية والنفسية.
- التعرف على الاحتياجات التربوية والنفسية للأخصائيين بإجراء مجموعة من الدراسات والبحوث لتحديد الكشفا عنها لأمن أجل إعداد خطط لتلبيتها.

- مساعدة الأخصائيين الرياضيين على إدراك مشكلاتهم الاجتماعية والاقتصادية ومحاولة إيجاد حلول لها.

- قائمة المراجع :

أولا المراجع العربية

١. أسامة كامل راتب (١٩٩٥) مفهوم جديد للتوافق، مكتبة الأنجلو المصرية بالقاهر.
٢. بشري احمد جاسم (٢٠٠٣) التكيف والصحة النفسية للطفل ، عمان ، دار الميسر للنشر والتوزيع
٣. بهية بدره، لطيفة عبيد (٢٠١١): التوافق النفسي لدى الراشد المصاب بإعاقة حركية مكتسبة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خضير، بسكرة. ص ٥٩
٤. حنان عبد الحميد العناني (٢٠٠٥) : الصحة النفسية، ط٣، الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر
٥. زينب محمود شقير (٢٠٠٥م): " مقياس قلق المستقبل" القاهرة : الانجلو المصرية
٦. سعدية فاضل (٢٠١٣): الصحة النفسية وعلاقتها بتحمل الضغوط والدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة الجزائر.
٧. صالح سعيد الغامدي (٢٠٢٠): الصمود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، بحث منشور، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، كلية الدراسات العليا للتربية، المجلد (٢٨)، العدد (٣)، ص ص ٣٥٥ : ٤٠٩.
٨. صبره محمد ، أشرف محمد (٢٠٠٤): الصحة النفسية والتوافق النفسي الإسكندرية ن دار المعرفة الجامعية.
٩. عبير إبراهيم السيد محمد (١٩٩٩) : مقارنة في التوافق النفسي والتوافق الحركي بين تلاميذ الأعداد العام والإعدادي الرياضي رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق .
١٠. فؤاد أبو حطب (٢٠٠٣) : القدرات العقلية، ط٤، القاهرة، دار الفكر العربي.
١١. محمد بن صالح القرني (٢٠١٠): قلق المستقبل وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الملك عبد العزيز. ٢١
١٢. محمد جاسم محمد (٢٠٠٤): المدخل إلي علم النفس العالم ، عمان - الأردن: الثقافة للنشر والتوزيع

١٣. محمد خالد الطحان (١٩٩٦) : مبادئ الصحة النفسية ، الطبعة الأولى، دبي، دار القلم.
١٤. هويده محمود ، محمد فرج (٢٠٠٦م) : قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة، مجلة كلية التربية بجامعة الإسكندرية، المجلد (١٦) ، العدد (٢) .
- ثانيا المراجع الأجنبية

15. Molin, R (1990): "Future anxiety: Clinical issues of children in the latter phases of foster care". Child & Adolescent social work Journal. Vol 7(6); PP: 501-512.
16. Zaleski, Z (1994): "Personal future in hope and anxiety perspective". In zbigniew, Zaleski (Ed) Psychology of future orientation. Scienlific society of the catholic uni, of Lublin, No. 32. (PP: 173-194).
17. Zaleski, Z (1996): "Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research". Personality and individual Differences. Vol. 21, 2,PP: 165-174.