

The Effect of Athletics on the Psychological Immunity of Children with Down Syndrome with Learning Disabilities

Assistant Professor Dr. Aya Mohamed El-Sayed Taha Khalifa

**Lecturer, Department of Track and Field Competitions, Faculty of Physical Education,
Tanta University**

The research aims to identify the impact of practicing athletics activities on the psychological immunity level of children with Down syndrome who are capable of learning. The researcher used the experimental approach with a pre- and post-measurement design for two groups, one experimental and the other a control group. The research population included (40) educable children with Down syndrome, aged 7-9 years, from schools in Gharbia Governorate for the 2023/2024 academic year. The research community included children aged (7-9) years at Al-Fikriya School affiliated with Tanta Education Administration. They were divided into two groups, one experimental group consisting of (20) boys and girls, and the other control group consisting of (20) boys and girls, in addition to (16) children to conduct the exploratory study of the research.

تأثير ممارسة أنشطة ألعاب القوى على مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعليم

م.د/ آيه محمد السيد طه خليفة

مدرس دكتور - بقسم مسابقات الميدان والمضمار - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

المقدمة وأهمية البحث:

المقدمة ومشكلة البحث

تعتبر الإعاقة أحد المشاكل الهامة التي تتطلب مزيدا من الاهتمام لمواجهتها والعمل على إيجاد الحلول المناسبة لها بأسلوب علمي حتى لا تصبح عائقا في سبيل تقدم المجتمع، فالإنسان المعاق يعتبر طاقة إنسانية ينبغي تهيئته وإعادة التحاقه بالمجتمع المحيط به حتى يمكن استفادته وإفادة المجتمع.

ومع تزايد أعداد المعاقين في العالم بشكل ملحوظ وكبير خاصة في الآونة الأخيرة ، وبعد نفشى العوامل الصحية التي تصيب الأم الحامل قبل وأثناء الولادة والمسببة للإعاقة، برز الاهتمام الكبير بفئات المعاقين على كافة المستويات حيث ازدادت نسبة المعاقين في العالم اليوم إلى ما يعادل 13.5% من مجموع سكان العالم مع بداية القرن الحادي والعشرين، ووفقا لتقديرات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء يتضح أن النسب التقديرية للمعاقين ذهنيا في مصر لعام (2020) بلغ (131.637.4) طفل، وتمثل الإعاقة الذهنية (الفكرية) مركز الثقل في أنواع الإعاقات حيث تصل نسبة التخلف العقلي البسيط إلى 2.5% والشديد 0.5% بنسبة 3% من إجمالي السكان في العمر من 6. 16 سنة وتصل إلى 4% من إجمالي عدد الأطفال في مصر كما ورد في دراسة هيئة اليونسيف (44)(45)(46) وقد حرص المجتمع الدولي والمنظمات العالمية ومنظمات حقوق الإنسان على أن يأخذ المعوق نصيبه من الرعاية والاهتمام والحقوق والواجبات.(5:94)

وينتج عن الإعاقة آثار نفسية قد تحدث تغيرات كبيرة في شخصية الفرد، فالفرد يجمع كل خبراته الداخلية والخارجية في ضوء تصويره لذاته الجسمية، ويخطط معظم الناس لحياتهم بناء على مفهومهم لذاتهم الجسدية وأي إعاقة تهدد الإنسان في حاضرة ومستقبله وتؤدي إلى اضطراب قدراته الإنسانية وبالتالي إلى إثارة مخاوفه وقلقه فقد يحدث ظهور العديد من الآثار

النفسية مثل الشعور الزائد بالنقص والعجز وعدم الشعور بالأمن والإسراف في الوسائل الدفاعية.
(1: 46) (2:149)(9:7)(9:41)

وفى هذا الصدد يتفق كلا من " منى قطامى ، و نايفة الصرايرة (2009) "Anubhuti" (2018م) أنه تعتبر مشكلة الإعاقة الذهنية من المشكلات الفريدة التي لا يمكن أن تتشابه معها مشكلة أخرى من مشكلات الإعاقة لأنها متعددة الجوانب والأبعاد فأبعادها طبية واجتماعية ونفسية ومهنية مما يجعلها مشكلة فريدة من نوعها، وتكمن صعوبتها في إمكانية حدوثها من الميلاد وحتى الثماني عشرة سنة الأولى من العمر وتظهر أثارها في المجال التحصيلي والاجتماعي والمهني. (18:13)(21:62)

وتعتبر متلازمة داون من أكثر الاضطرابات الجينية شيوعاً التي تؤثر على الأطفال في مختلف أنحاء العالم. يعاني أطفال متلازمة داون من تأخر في النمو العقلي والجسدي، بالإضافة إلى تحديات نفسية قد تؤثر على نوعية حياتهم. من بين العوامل التي يمكن أن تساهم في تحسين جودة حياتهم وتعزيز صحتهم النفسية والجسدية، تبرز ممارسة الأنشطة الرياضية، خصوصاً ألعاب القوى، كأداة فعالة. تشير الدراسات إلى أن ممارسة الرياضة يمكن أن تؤدي إلى تحسن كبير في الصحة النفسية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث تعزز من قدراتهم على التكيف الاجتماعي والعاطفي، وتقوي ثقتهم بأنفسهم. (3:64)(10:11)(3:64)

وتستند المناعة النفسية على أساس ان العقل والبدن لا ينفصلان وان الدماغ يؤثر على جميع أنواع العمليات النفسية والفسولوجية للفرد وان الذات الإنسانية معرضة للضعف والمرض الجسدي والنفسي بسبب طرق التفكير للفرد نفسه. (12:51)

ولقد تزايد الاهتمام في الآونة الاخيرة في علم النفس الإيجابي وموضوعاته، وتعد المناعة النفسية من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي ووجودها دلالة على صحة الفرد النفسية والجسمية، ويرى البعض أن المناعة النفسية تشير إلى قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات، ومقاومة ما ينتج عنها من افكار ومشاعر يشوبها الغضب والعداوة والانتقام، واليأس والعجز والانهزامية والتشاؤم. (22:62)(30:69)

ويعرفها ألبرت وآخرون (2012 al et Albert) على تحمل بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادرا التأثيرات الناتجة عن الضغوط والإنهاك النفسي ، ودمج كافة

الخبرات المكتسبة التي تستخدمها في المواقف المشابهة (p104. 2012, al et Albert) ،
ويؤكد Perkins (2012) أن المناعة النفسية ترتبط باختيار **الأهداف** التي يمكن الوصول إليها
على المدى الطويل والمتوسط ، والجهود المبذولة لتحقيق وبهذه الطريقة فهي أحد العوامل
المهيمنة على تحفيز الطالب (69:20)(92:27)

وترتبط المناعة النفسية ببعض السمات الشخصية الإيجابية، مثل القدرة على الاتزان
الانفعالي والتنظيم الذاتي في حين أنها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية
والإحباطات والتهديدات والأزمات النفسية عبر التحصين النفسي وأن نظام المناعة النفسية هو
أحد عوامل الشخصية المسؤولة عن مواجهة الضغوط والإنهاك النفسي لتحقيق الصحة
النفسية. (97:24)(99:26)

ويعتبر اللعب هو الوسيلة الفعالة والمؤثرة في تربية وتعليم الطفل والتي تساعد علي نموه
بصورة طبيعية وتلقائية ، بل هو **الطريق** الموصل إلي التربية المثلي وتحقيق الأهداف التربوية ،
لذلك يجب الاهتمام باللعب في مرحلة الطفولة لأنه أقصر الطرق الموصلة لتحقيق أهداف
المجتمع التي تتمثل في إعداد المواطن الصالح المتكامل من جميع الجوانب ، ومن هنا كان
الجسم والحركة مصدر لكل اتصال مع الذات ومع المجتمع ومن خلالها يكتسب الطفل العديد من
الخبرات التربوية ، واللعب في حياة الطفل يعتبر مطلبا تربويا وحقا طبيعيا له ويتحتم بالضرورة
علي الآباء والمربين تهيئة فرصة وتوفير وسائل لكي يمارس الأطفال هذا الحق الطبيعي. (28):
(38-36)

ومن خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة يكتسب الفرد الكثير من القيم الخلقية
وتدعيمها سواء كان الممارسين أسوياء أو معاقين فالأنشطة الرياضية باختلاف أنواعها تؤثر
على الأخلاق فالممارسة تعمل على تنمية روح التعاون وتساعد على الطاعة بالإضافة إلى
اكتساب بعض العادات الاجتماعية والخلقية السليمة مثل اكتساب النظام والنظافة والتسامح
والتعاون والشجاعة وغيرها من العادات المختلفة التي يمكن اكتسابها من خلال مواقف اللعب
المختلفة التي يتعرض لها الممارس ويضيف " جوزيف " Joseph 2000 (33) **إن** رياضه
المعاقين **هي** الرياضية المعدلة صممت لتقابل الاحتياجات الفردية الخاصة بهم من حيث التكيف
والأمن لتساعدهم في تكيفهم مع المجتمع كما تحد من تفاقم وتطور الإعاقة. (164: 25)

تعتبر ألعاب القوى من الأنشطة البدنية التي تسهم في تحسين العديد من جوانب الصحة الجسدية والنفسية للأطفال بشكل عام، ولا سيما للأطفال ذوي متلازمة داون. يشمل مصطلح "ألعاب القوى" مجموعة من الأنشطة البدنية التي تتميز بالتركيز على التحمل، والقوة، والمرونة، مثل الجري، والوثب، والسباق، والمشي، التي يمكن أن تكون ذات فائدة كبيرة للأطفال ذوي متلازمة داون. (97:23)

ومن خلال عمل الباحثة في مجال ألعاب القوى وعملها كعضو هيئة تدريس بالكلية ومن خلال الزيارات الميدانية لاحظت الباحثة ضعف في مستوى البرامج الموجهة نحو فئة المعاقين ذهنيًا " متلازمة داون القابلين للتعلم" وعن استحداثها ومواكبتها لإحتياجات الاطفال ونظرا لتعدد أنماط مسابقات الالعاب القوى فتجد الباحثة انها مناسبة لتحقيق فرص التنمية المختلفة لفئة المعاقين " داون" القابلين للتعلم ومن خلال ما اطلعت عليه الباحثة من الدراسات السابقة كدراسة امل محمد احمد (2023)(4) بعنوان فاعلية برنامج إرشادي في تحسين المناعة النفسية لدى عينة من أمهات الأطفال الذواتين، ودراسة ايناس السيد سادات (2019م)(6) بعنوان فاعلية برنامج قائم على بعض الأنشطة المتكاملة لتحسين المناعة النفسية لدى الأطفال ما قبل المدرسة أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق، ودراسة اية مصطفى فؤاد (2023م)(7) بعنوان برنامج إلكتروني قائم على الإرشاد بالمعنى لتحسين المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المكفوفين وعلاقته بتقدير الذات لدى أبنائهن، ودراسة محمد رفيق الأحمد (2020م)(15) بعنوان المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الإلتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش، والتي أشارت جميع نتائجها الى فعالية البرامج الإرشادية والرياضية في تحسين المتغيرات البدنية والنفسية وهذا ما دفع الباحثة الى اجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير ممارسة أنشطة ألعاب القوى على مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم.

هدف البحث

يهدف البحث الى التعرف على تأثير ممارسة أنشطة ألعاب القوى على مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم.

فروض البحث

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية في مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم ولصالح القياس البعدي لدى اطفال مجموعة البحث التجريبية.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية في مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم ولصالح القياس البعدي لدى اطفال مجموعة البحث الضابطة.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين لابعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى المناعة النفسية ولصالح القياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية.

مصطلحات الدراسة

المناعة النفسية: Psychological Immune

قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباط والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي وضبط الانفعالات والابداع وحل المشكلات وزيادة فاعلية الذات وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغيرها والتكيف مع البيئة. (97:19)

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي و البعدي للمجموعتين أحدهما

تجريبية والأخرى ضابطة.

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث على الأطفال القابلين للتعلم من مصابين متلازمة داون من 7-9

سنوات وعددهم (40) طفل وطفلة من مدارس محافظة الغربية للعام الدراسي (2023/2024).

عينة البحث

اشتمل مجتمع البحث على الأطفال من (7-9) سنوات بمدرسة **الفكرية** التابعين لإدارة طنطا التعليمية تم تقسيمهم الى مجموعتين أحدهما تجريبية بواقع (20) طفل وطفلة والأخرى ضابطة بواقع (20) طفل وطفلة بالإضافة الى (16) طفل لأجراء الدراسة **الأستطلاعية** للبحث.

شروط اختيار عينة البحث

- يكون عمر الأطفال يتراوح من 7-9 سنوات.
- موافقة أولياء الأمور على تنفيذ البرنامج المقترح.
- موافقة إدارة المدرسة على تنفيذ البرنامج المقترح على الاطفال.
- عدم اشتراك الأطفال في أي برامج أخرى.

أدوات جمع البيانات

-مقياس المناعة النفسية المصور للأطفال (إعداد الباحثة)

يهدف هذا المقياس إلى معرفة مدى مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال القابلين للتعلم (داون) في المرحلة العمرية من (7-9) سنوات وينقسم المقياس إلى (10) ابعاد في صورته الأولية وتم عرض ابعاد المقياس المقترح على السادة الخبراء لبيان ارتباطها بالمناعة النفسية.

جدول (1)

أراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المناعة النفسية المقترح ن=10

م	المحاور	موافق	غير موافق	نسبة الاتفاق
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	10	-	100%
2	مقاومة الفشل	8	2	80%
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	10	-	100%
4	التعامل مع الزملاء	3	7	30%
5	التفكير الإيجابي	9	1	90%
6	القدرة على حل المشكلات	10	-	100%
7	تقدير الذات	9	1	90%
8	المبادرة الذاتية	9	1	90%
9	العلاقات الاجتماعية	2	8	20%
10	الثقة بالذات	9	1	90%

يتضح من جدول (1) وجود نسبة اتفاق الخبراء حول محاور مقياس المناعة النفسية للأطفال القابلين للتعلم (داون) من (7-9) سنوات حيث تراوحت نسبة اتفاق الخبراء من (20% الى

100%) وتم اعتماد المحاور التي اتفق عليها الخبراء بنسبة (80%) فما فوق وبذلك تم الإبقاء على (8) محاور واستبعاد محورين (4-9) وبذلك يتكون المحاور المكونة للمقياس (8) محاور أساسية.

كما اطلعت الباحثة على العديد من الدراسات والمراجع العلمية "نادية رزوقي(2013)" (ايناس السيد " (2019) ، اية مصطفى (2023)، زينب يونس (2022) حول محاور وعبارات مستوى المناعة النفسية للأطفال وتم تحديد عبارات مكونة لكل محور حيث ضم محور التعامل مع الأحداث المؤلمة (7) عبارات، مقاومة الفشل (7) عبارة، ومحور التعبير عن الذات بصور إيجابية (7) عبارات، واحتل محور التفكير الإيجابي (7) عبارات، ومحور القدرة على حل المشكلات (7) عبارات، وحصل محور تقدير الذات(7) عبارات ، ومحور المبادرة الذاتية على (7) عبارات ، ومحور الثقة بالذات (7) عبارات وتم عرض تلك العبارات على السادة الخبراء لتحديد مدى مناسبتها للمحور المكون لاستمارة قياس مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال المعرضين للتنمر.

جدول (2)

اراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المناعة النفسية ن = 10

التفكير الإيجابي			التعبير عن الذات بصور إيجابية			مقاومة الفشل			التعامل مع الأحداث المؤلمة		
النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م
%80	8	1	%90	9	1	%100	10	1	%100	10	1
%80	8	2	%60	6	2	%80	8	2	%90	9	2
%50	5	3	%80	8	3	%80	8	3	%90	9	3
%100	10	4	%80	8	4	%60	6	4	%50	5	4
%100	10	5	%80	8	5	%100	10	5	%80	8	5
%70	7	6	%50	5	6	%100	10	6	%80	8	6
%100	10	7	%100	10	7	%100	10	7	%50	5	7
الثقة بالذات			المبادرة الذاتية			تقدير الذات			القدرة على حل المشكلات		
النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م	النسبة	تكرار	م
%100	10	1	%50	5	1	%80	8	1	%100	10	1
%100	10	2	%100	10	2	%90	9	2	%80	8	2
%100	10	3	%50	5	3	%100	10	3	%80	8	3
%50	5	4	%100	10	4	%80	8	4	%100	10	4
%100	10	5	%90	9	5	%50	5	5	%60	6	5
%80	8	6	%80	8	6	%100	10	6	%60	6	6

%80	8	7	%80	8	7	%50	5	7	%100	10	7
-----	---	---	-----	---	---	-----	---	---	------	----	---

يتضح من جدول (3) أنه انحصرت آراء السادة الخبراء من (50% إلى 100%) لعبارات مقياس المنة النفسية لدى الأطفال القابلين للتعلم (داون) وقد ارتضت الباحثة نسبة (80% إلى 100%) لقبول العبارات قيد البحث وبذلك تم استبعاد عبارات أرقام (4-7) لمحور التعامل مع الأحداث المؤلمة، وعبرة (4) لمحور مقاومة الفشل، وعبارات (2-6) لمحور التعبير عن الذات بصور إيجابية، وعبارات (3-6) لمحور التفكير الإيجابي، وعبارات (5-6) لمحور القدرة على حل المشكلات ، وعبارات (5-7) لمحور تقدير الذات ، وعبارات (1-3) لمحور المبادرة الذاتية ، ومحور عبارات (4) لمحور الثقة بالذات.

أ - حساب معاملات الصدق:

- صدق مقياس المنة النفسية المصور:

لإيجاد معامل الصدق لمقياس المنة النفسية المصور قامت الباحثة باستخدام طريقة معامل الارتباط بيرسون لكل عبارة من عبارات مقياس المنة النفسية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه وذلك في الفترة من 2023/12/10 كما في جدول (3)،(4)

جدول (3)

"معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس المنة النفسية

والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه" ن = 300

التعامل مع الأحداث المؤلمة			مقاومة الفشل			التعبير عن الذات بصور إيجابية			التفكير الإيجابي		
م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة
1	0.780	دال	1	0.741	دال	1	0.745	دال	1	0.746	دال
2	0.840	دال	2	0.765	دال	2	---	---	2	0.762	دال
3	0.77	دال	3	0.716	دال	3	0.856	دال	3	---	---
4	---	---	4	---	---	4	0.847	دال	4	0.739	دال
5	0.685	دال	5	0.780	دال	5	0.765	دال	5	0.733	دال
6	0.772	دال	6	0.840	دال	6	---	---	6	---	---
7	---	---	7	0.77	دال	7	0.841	دال	7	0.733	دال
القدرة على حل المشكلات			تقدير الذات			المبادرة الذاتية			الثقة بالذات		
م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة
1	0.716	دال	1	0.746	دال	1	---	---	1	0.732	دال
2	0.766	دال	2	0.725	دال	2	0.765	دال	2	0.700	دال
3	0.746	دال	3	0.746	دال	3	---	---	3	0.691	دال
4	0.725	دال	4	0.725	دال	4	0.856	دال	4	---	---

دال	0.736	5	دال	0.847	5	----	----	5	----	----	5
دال	0.754	6	دال	0.765	6	دال	0.777	6	----	----	6
دال	0.710	7	دال	0.762	7	----	----	7	دال	0.739	7

قيمة (ر) الجدولية عند $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (3) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجات الكلية لمحاور مقياس المناعة النفسية لدى الأطفال عينة البحث كانت أكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على أن وجود ارتباط بين عبارات المقياس وبين محاور المقياس.

جدول (4)

معاملات الارتباط بين درجات كل محور لمقياس المناعة

النفسية والدرجة الكلية للمقياس $n = 16$

م	المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط	الدلالة
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	5	0.84	دال
2	مقاومة الفشل	6	0.78	دال
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	5	0.73	دال
4	التفكير الإيجابي	5	0.72	دال
5	القدرة على حل المشكلات	5	0.75	دال
6	تقدير الذات	5	0.82	دال
7	المبادرة الذاتية	5	0.77	دال
8	الثقة بالذات	6	0.76	دال

قيمة (ر) الجدولية عند $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (4) أن معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 مما يدل على صدق المقياس لما وضع من أجله.

ب- حساب معاملات الثبات:

- ثبات مقياس المناعة النفسية للأطفال:

لإيجاد معامل الثبات لمحاور مقياس المناعة النفسية قامت الباحثة باستخدام طريقة "التجزئة النصفية" لإجابات عينة الدراسة بالنسبة لكل بُعد باستخدام معادلة سبيرمان - براون Spearman-Prawn، وجتمان Guttman لإيجاد معامل الارتباط بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية لكل مقياس وذلك في 2023/12/12 والجدول التالية توضح ذلك.

جدول (5)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمحاول مقياس المناعة النفسية للأطفال

ن = 16

م	عدد المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	5	0.75	0.69
2	مقاومة الفشل	6	0.87	0.85
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	5	0.72	0.75
4	التفكير الإيجابي	5	0.76	0.73
5	القدرة على حل المشكلات	5	0.75	0.72
6	تقدير الذات	5	0.74	0.81
7	المبادرة الذاتية	5	0.75	0.80
8	الثقة بالذات	6	0.72	0.75

قيمة (ر) الجدولية عند 0.05 = 0.632

يتضح من جدول (5) أن معاملات الارتباط للمحاور بين نصفي المقياس قد تراوحت ما بين (0.72 - 0.87) بمعادلة سبيرمان - براون وقد تراوحت بين (69 - 0.85) بمعادلة جتمان مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

جدول (6)

التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس المناعة النفسية للأطفال ن=16

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م		
التعامل مع الأحداث المؤلمة	درجة	0.14	3.85	0.36	4.05	0.964	دال
مقاومة الفشل	درجة	0.21	3.57	0.22	3.71	0.952	دال
التعبير عن الذات بصور إيجابية	درجة	0.15	4.10	0.17	4.29	0.978	دال
التفكير الإيجابي	درجة	0.22	3.55	0.21	3.91	0.980	دال
القدرة على حل المشكلات	درجة	0.35	3.74	0.15	3.88	0.945	دال
تقدير الذات	درجة	0.18	3.33	0.21	3.51	0.980	دال
المبادرة الذاتية	درجة	0.21	3.54	0.15	3.81	0.975	دال
الثقة بالذات	درجة	0.18	3.67	0.19	3.77	0.980	دال
المجموع	درجة	0.47	29.35	0.88	30.93	0.975	دال

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 0.274

يتضح من الجدول السابق (6) ما يلي تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في مقياس المناعة النفسية قيد البحث ما بين (0.945 الى 0.980) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير الى ثبات تلك الاختبارات.

مفتاح تصحيح المقياس

تم حصر الاستجابات لعينة البحث بمقياس ثنائي (إيجابي - سلبي)

العبارات	غير موافق	موافق
العبارات	0	1

2-برنامج ممارسة الأنشطة لالعاب القوى: مرفق (6)

أ-الهدف من البرنامج:

- معرفة تاثير ممارسة أنشطة العاب القوى على مستوى المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم.

ب-وضع محتوى البرنامج:

بعد الرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة والاسترشاد بآراء السادة الخبراء في المجال عن طريق المقابلة الشخصية من قبل الباحثة، تم وضع محتوى البرنامج المقترح والذي يشمل على [جلسات الإرشاد باللعب خاصة بمسابقات الالعاب القوى] وقد راعت الباحثة أن يتسم محتوى البرنامج بالتنوع والمرونة في التنفيذ واختيار الألعاب الهادفة مع التنوع في استخدام الأدوات التي تساعد على تحسين مستوى المناعة النفسية عند الأطفال المعرضين للتنمر.

ج-أسس وضع محتوى البرنامج المقترح:

- مراعاة عوامل الأمن والسلامة من حيث الأدوات المستخدمة ومكان تطبيق البرنامج.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع المراحل العمرية والخصائص والقدرات والإستعدادات ورغبات وميول عينة البحث بما يكفل المشاركة الإيجابية في أنشطة البرنامج بأقصى ما تسمح به قدراتهم.
- التنوع في الأنشطة بما يثير دافعية الأطفال للعمل واكتساب خبرات النجاح مع تشجيع التفاعل والتعاون والتواصل بين الأطفال والتي تنعكس بخفض مستوى المخاوف الاجتماعية.

- تجنب العقاب مع تكرار التعزيز اللفظي والمادي الإيجابي والمدرج لكافة الأطفال المشتركين في الأنشطة مع تحفيز روح التعاون بين الأطفال المشاركين لإنجاز هدف مشترك.
- الإعتماد على اللعب بين الأطفال لإتاحة فرص التواصل والقبول الإجتماعي وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو الآخرين.

ج - زمن البرنامج :

أشتمل البرنامج على عدد (20) نشاط لعب ، وتم التطبيق على مدار (8) أسابيع لتحسين المناعة النفسية من خلال:

- 1- أنشطة تساعد الطفل على التعامل مع الأحداث المؤلمة.
 - 2- أنشطة تساعد الطفل على مقاومة خبرات الفشل.
 - 3- أنشطة تساعد الطفل في التعبير عن الذات بصور إيجابية.
 - 4- أنشطة تساعد الطفل على التفكير الإيجابي.
 - 5- أنشطة تزيد من قدرة الطفل على حل المشكلات.
 - 6- أنشطة تساعد الطفل على تقدير ذاته.
 - 7- أنشطة تساعد الطفل على تحقيق المبادرة الذاتية.
 - 8- أنشطة تساعد الطفل على زيادة ثقته بذاته.
- أهداف أنشطة اللعب لتحسين المناعة النفسية عند الأطفال من 7-9 سنوات:

- 1- مساعدة الطفل على التعامل مع الأحداث المؤلمة.
- 2- مساعدة الطفل على مقاومة خبرات الفشل.
- 3- زيادة قدرة الطفل على التعبير عن ذاته.
- 4- مساعدة الطفل على التفكير الإيجابي.
- 5- زيادة قدرة الطفل على حل المشكلات.
- 6- مساعدة الطفل على تقدير ذاته.
- 7- مساعدة الطفل على تحقيق المبادرة الذاتية.
- 8- مساعدة الطفل على زيادة ثقته بذاته.

الفنيات المستخدمة في البرنامج:

قامت الباحثة باستخدام فنيات تعديل السلوك المتمثلة في:

(التعزيز - النمذجة - التشكيل - الحث والتلقين)

2- وحدات البرنامج:

لتحقيق أهداف الدراسة وضبط المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المجموعة قامت الباحثة بتحديد الآتي :

- بلغ زمن الوحدة اليومية للبرنامج (45) دقيقة (زمن حصة).
- تراوح زمن تطبيق كل لعبة ما بين 8 - 10 دقيقة.
- تم تحديد عدد (3) تدريبات لمحتوى المهارات الأساسية (2) تدريب ألعاب الصغيرة لمحتوى الوحدة اليومية بناءً على زمن تطبيق كل لعبة.
- مناسبة برنامج الألعاب المقترح للأطفال.

جدول (7)

التوزيع الزمني لفترة تطبيق التجربة الأساسية للبحث

م	عناصر التطبيق	الزمن
1	عدد أسابيع التطبيق	8 أسبوعاً
2	عدد الوحدات التعليمية (الحصص) في الأسبوع	3 أسبوعياً
3	زمن الحصة	45 دقيقة
4	الزمن الكلي للبرنامج المقترح	1080 دقيقة (18 ساعة)

محتوى البرنامج:

أشتمل محتوى البرنامج على ما يلي :

أشتمل البرنامج المقترح على (20) وحدة لمسابقات الميدان والمضمار.

القياسات القبلية

- قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية للبحث وذلك بتطبيق مقياس المناعة النفسية

للأطفال خلال الفترة من 2023/12/17 حتى 2023/12/27م على جميع أفراد عينة

البحث طبقاً للتوزيع الزمني الذي أتبع في التجربة الاستطلاعية

تطبيق تجربة البحث الأساسية

قامت الباحثة بتطبيق التجربة الأساسية لمجموعة البحث خلال الفترة الزمنية من يوم 2024/1/31 حتى يوم 2024/4/2 م .

القياسات البعدية

بعد الإنتهاء من تطبيق التجربة الأساسية، قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية للبحث وذلك بتطبيق مقياس المناعة النفسية المصور للأطفال خلال الفترة من 2024/4/5م حتى 2024/4/15م لجميع أفراد عينة البحث وذلك بنفس شروط القياس القبلي وبنفس ترتيب الاختبارات وبعد الإنتهاء من تطبيق الاختبارات والقياسات ومراجعة البطاقات بدقة تم تفرغها في استمارة تفرغ البيانات وإعدادها للمعالجة الإحصائية.

المعالجات الإحصائية

وقد تم معالجة البيانات إحصائيا وذلك بحساب:

- * المتوسط الحسابي.
- * الانحراف المعياري.
- * معامل الالتواء.
- * -الوسيط.
- * دلالة الفروق باختبار "ت".
- *معدل التغير (نسبة التحسن).
- عرض وتفسير ومناقشة النتائج:
- أولا : عرض النتائج:

جدول(8)

"دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى في مستوى المناعة النفسية

لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعلم مجموعة البحث التجريبية" ن=20

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م				
التعامل مع الأحداث المؤلمة	درجة	0.10	2.11	0.15	4.01	1.90	%47.38	4.98	دال
مقاومة الفشل	درجة	0.21	2.16	0.32	4.00	1.84	%46.00	5.27	دال
التعبير عن الذات بصور إيجابية	درجة	0.11	2.10	0.21	4.32	2.22	%51.38	5.63	دال
التفكير الإيجابي	درجة	0.16	1.63	0.17	3.98	2.35	%59.04	5.32	دال
القدرة على حل المشكلات	درجة	0.24	2.16	0.36	3.84	1.68	%43.75	5.16	دال

تقدير الذات	درجة	1.33	0.36	3.64	0.11	2.31	%63.46	5.98	دال
المبادرة الذاتية	درجة	1.85	0.21	4.11	0.20	2.26	%54.98	5.13	دال
الثقة بالذات	درجة	2.01	0.17	3.97	0.36	1.96	%49.37	5.44	دال
المجموع	درجة	15.35	0.28	31.87	0.97	16.52	%51.83	5.36	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 1.714$

يتضح من جدول رقم (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال عينة البحث التجريبية حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.05)

جدول (9)

"دلالة الفروق بين القياسين البعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى

المناعة النفسية لدى أطفال متلازمة داون القابلين للتعليم " ن=1 ن=2=20

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م				
التعامل مع الأحداث المؤلمة	درجة	4.01	0.15	3.65	0.32	0.63	%8.97	4.69	دال
مقاومة القتل	درجة	4.00	0.32	3.81	0.15	0.19	%4.75	4.32	دال
التعبير عن الذات بصور إيجابية	درجة	4.32	0.21	3.21	0.20	1.11	%25.69	4.28	دال
التفكير الإيجابي	درجة	3.98	0.17	3.36	0.33	0.62	%15.57	4.63	دال
القدرة على حل المشكلات	درجة	3.84	0.36	3.33	0.48	0.51	%13.28	4.39	دال
تقدير الذات	درجة	3.64	0.11	3.15	0.32	0.49	%13.46	4.98	دال
المبادرة الذاتية	درجة	4.11	0.20	3.29	0.28	0.82	%19.95	4.29	دال
الثقة بالذات	درجة	3.97	0.36	3.21	0.21	0.76	%19.14	4.11	دال
المجموع	درجة	31.87	0.97	27.01	2.01	4.79	15.06	4.97	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 1.815$

يتضح من جدول رقم (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال عينة البحث

حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.05) ولصالح الأطفال المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج:

مناقشة نتيجة الفرض الثاني

يتضح من جدول رقم (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبالية والبعدية في مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال عينة البحث التجريبية حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.05) وترجع الباحثة تلك النتيجة الى استخدام الأطفال الى البرنامج الاسترشادي باستخدام برنامج مسابقات الالعاب القوى والذي **أثر** إيجابيا على تحسين مستوى المناعة النفسية للأطفال.

وفي هذا الصدد يذكر "مروان ناصر، محمد ابراهيم (2020) يمكن إستخدام العلاج باللعب Play – Therapy مع الأطفال سواء بشكل فردي أو جماعي ، ويعتمد ذلك على تلك المشكلات التي يعاني الطفل منها ، فإذا أرتبط بالتكيف فإنه يفضل إستخدام النمط الجماعي ، بينما إذا كانت تلك المشكلات من النوع الذي يرتبط بالاضطراب الأنفعالي أو النفسي فإنه يفضل إستخدام النمط الفردي على أن تتوفر في كلتا الحالتين أنواع أو أشكال مختلفة من الألعاب وأدوات اللعب الآمنة حتى لا يؤذى الطفل نفسه أو غيره بها ، مع مراعاة التبادل بين النوعين من حين لآخر ، ويمكن أن يتوافر هذا في الألعاب الجماعية المشوقة الجاذبة لهم حتى يتسنى تعلمهم الأداء السلوكي المستقل والتفاعل الإجتماعي كما يمكن أن يقلل من سلوكهم العدواني ويساعدهم على الاندماج مع الآخري.(64:12)

وترى الباحثة ان الألعاب تسهم في تحسين الكفاءة الاجتماعية والصحة النفسية العامة للأطفال معتمدة على الأنشطة المناسبة والمحبة إلى الأطفال، حيث أنها تنمى لديهم الإحساس بالأمان وتقبل الآخر والترفيه عنهم خاصة عند إستخدام المثيرات والوسائل المختلفة والتعزيز المستمر للأطفال أثناء فترة البرنامج الارشادي .

يتضح من جدول رقم (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال

عينة البحث حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.05) ولصالح الأطفال المجموعة التجريبية وترجع الباحثة تلك النتيجة الى تأثير البرنامج الارشادي على الأطفال باستخدام اللعب والذي **أثر** إيجابيا على تحسن مستوى المناعة النفسية للأطفال.

وترى الباحثة ان الألعاب تسهم في رفع مستوى تركيزهم وإنتباههم وقدراتهم على الإحساس ، فاللعب نشاط له جاذبيته الخاصة لأنه يمنحهم الشعور بالمشاركة والفاعلية والمنافسة والتشجيع والرضا ، وبذلك يعد اللعب وسيطاً ممتازاً لتعليمهم الكثير من المفاهيم والمعلومات والعادات والأنماط السلوكية المرغوبة إجتماعيا، وتنمية أبعاد المناعة النفسية التي حددتها الباحثة وفي هذا الصدد تشير " انبنان " "Anubhuti" (2018) الى أن ممارسة اللعب تسهم في تعليم و إتقان بعض المهارات الاجتماعية مجتمعه أو منفردة وذلك يساعدهم في تحقيق هدفهم بروح تعاونية دون النظر إلى حالة المنافسة بين الأطفال بعضهم البعض والعمل بشكل جماعي.(191:22)

الاستنتاجات

- وجود مستوى منخفض من المناعة النفسية لدى الأطفال.
- أثر** البرنامج الإرشادي باستخدام **ألعاب** القوى تأثير إيجابي على تحسين مستوى المناعة النفسية لدى الأطفال.
- التوصيات:
- استخدام المقياس المصور للمناعة النفسية لما له من أهمية في تحديد مستوى المناعة النفسية للأطفال.
- الاسترشاد بالبرنامج المقترح للعلاج باللعب لما له من دور فعال في تحسين المناعة النفسية لدى الأطفال
- ضرورة توعية معلمات رياض الأطفال ببرامج التعزيز النفسي للأطفال ومراقبة التصرفات السلوكية للأطفال وإيجاد حلول لها.
- السعي لأدراج البرامج النفسية والاجتماعية في مقررات رياض الأطفال لما له دور في تشكيل سلوكيات الطفل.

المراجع

- 1- إبراهيم عباس الزهيري أمين (2003م): فلسفة تربية ذوى الحاجات الخاصة ونظم تعليمهم مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- 2- أحمد فائق (2003): مدخل علم النفس، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- 3- أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب، محمد حسن علاوى (2008م): التربية الحركية للطفل. ط5، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4- امل محمد احمد (2023) "فاعلية برنامج إرشادي في تحسين المناعة النفسية لدى عينة من أمهات الأطفال الذواتين، بحث علمي منشور، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مصر.
- 5- ايمان نبيل حنفي (2019م) "فاعلية برنامج في تحسين المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، بحث علمي منشور، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، مصر.
- 6- ايناس السيد سادات (2019م) "فاعلية برنامج قائم على بعض الأنشطة المتكاملة لتحسين المناعة النفسية لدى الأطفال ما قبل المدرسة أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق، بحث علمي منشور، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية
- 7- اية مصطفى فؤاد (2023م) "برنامج إلكتروني قائم على الإرشاد بالمعنى لتحسين المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المكفوفين وعلاقته بتقدير الذات لدى أبنائهن، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.
- 8- باسل حسن عاشور (2017) الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة. (رسالة ماجستير غير منشورة) ، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- 9- حسن على غانم (2011) الاضطرابات النفسجسمية تأصيل نظري ودراسات ميدانية. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.

- 10- حلمي إبراهيم ، ليلي فرحات (2008م): التربية الرياضية والترويج للمعوقين ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 11- زينب يونس عبد الحليم (2022) " الاسهام النسبي لأساليب التنشئة الاجتماعية المدركة وأنظمة المناعة النفسية في التوافق النفسي لدى طفل الروضة، بحث علمي منشور، مجلة الطفولة والتربية العدد الرابع عشر، جامعة بني سويف.
- 12- عصام محمد زيدان (2013): المناعة النفسية – مفهومها-أبعادها، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد الثالث(51)، يوليو.جامعة طنطا.
- 13- علا عبد الكريم الحوريان، نسيمه على داود (2015م) فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج باللعب في تحسين مستوى المهارات الاجتماعية والمرونة النفسية لدى الأطفال المساء اليهم جسدياً، مجلة دراسات للعلوم التربوية، المجلد 42، كلية الدراسات العليا، الامعة الأردنية.
- 14- كمال مرسى مرسى (2000 م): التأصيل الاسلامي للإرشاد والعلاج النفسي لاضطرابات ما بعد الصدمة، المجلة التربوية ، 50 (13) مجلة العلوم التربوية والنفسية، 14(9) 125-144.مصر
- 15- محمد رفيق الأحمدى (2020م) المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الايتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 14(9) 125-144.مصر.
- 16- محمد يونس محمد (2007). سيكولوجيا الدافعية والانفعالات. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- 17- مروان مسعد ناصر، محمد ابراهيم محمد (2020م) فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية المناعة النفسية وخفض قلق الموت لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية في الأردن، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
- 18- منى قطامى ، و نايفة الصرايرة (2009): الطفل المتمتر، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 1، عمان ، الأردن.

- 19-نادية محمد رزوقي(2013م)المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية لدى طلبة الجمعة، رسالة ماجستير، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة ديالى، العراق
- 20-Albert, L, E., Albert- Lorincz, M., Kadar, A., Krizbari, T. & Marton R. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in Adolescents. The new education reviews. 23: 115- 1103
- 21-Anubhuti, Dubey. (2018). Satisfied with Retired Life: Role of Psychological Immunity and Social Networks. Journal of the Indian Academy of Geriatrics. 14: 192-192
- 22-Batsche,G.M&Knoff,H.M.(2004):Bullies and their victims: understanding pervasive problem in the schools, School psychology Review,23,(2),165-174.
- 23-Katherine,T.(2003): Children in society. Journal of the American Medical Association,270,381,410.
- 24-Kumpulainen, K&Rasanen,E.(2000): Children involved in bullying at elementary school age: their psychiatric symptoms and deviance in adolescences an epidemiological sample, Child Abuse and Neglect,24,(12),1567- 1577.
- 25-Mcnamara,B.E& Mcnamara,F.J.(1997):Keys to dealing with bullies, Hauppauge,NY:Barron educational series,Inc.
- 26-Nansel,T.(2001):Bullying behaviors among US youth, prevalence an association with psychosocial adjustment.Journal of the American Medical Association,285,2094,2100.
- 27-Perkins,S.(2002):bullying and victim, Journal of psychologyReview,11,(3),164-179.
- 28- Olah, A., Nagy, H., & Toth, K. (2010). Life expectancy and psychological immune competenece in different cultures. E T C- Empirical Text and Cultures Resarch, 4(6): 102- 108.
- 29-Weiner, B&Miller,D. (2006):Methodological Issues Involovedin Studying Scientific Reasoning. Journal Human Ecology, 18, PP.1618
- William,R&et.al.(2006): Creativity dogmatisms and Arithmetic30-achievement,Jurnal of Psychology,Vil.(78),No (2).