



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات الصباحية

الرياضة وأثرها في خفض الاغتراب النفسي لدى

طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بحث مقدم الى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة

القادسية وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس

تقدمت به الطالبة

ذكاء زهير أنوار

بإشراف

أ.د. د. سلام جبار صاحب

٢٠٢٣ م

١٤٤٤ هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

«هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ

وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ»

سورة الملك الآية (٢٣)

الذكريات عائلة السراج

إلى معلمي الأول والخلق العظيم الهادي البشير النذير

الرسول الأكرم محمد (ص)

إلى من سقتني من دماها حتى أشد عودي

أمي الغالية

إلى من رعاني وحنانه قد غمرني

والدي

إلى كل قلب خفق حباً ووفاء لي

أساتذتي

إلى من يريدون سعادي ويفرحون لفرحي ويسعدون لسعادي

اخواتي صديقاتي

أهدي ثمرة جهدي المتواضع هذا

شكراً واقديراً

الحمد لله جزيلاً على نعمته وفضله في إتمام متطلبات البحث
واسأل المولى عز وجل ان يحظى جهدي برضا الجميع
وأرى من الواجب ان اتوجه بالشكر الجزيل الى عمادة كلية
التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية

والى استاذي (أ.د سلام جبار صاحب) الذي أشرف على هذا
البحث ولرعايته العلمية وتوجيهاته القيمة التي انارت الطريق
السليم امامي وكما اشكر كل من ساعدني على إتمام هذا البحث .

وفي الختام

أسأل المولى عز وجل ان يوفقنا جميعاً لما فيه الخير والمنفعة انه
نعم المولى والنصير .

المحتويات

الصفحة	الموضوع	المبحث
أ	صفحة العنوان	
ب	الاية القرآنية الكريمة	
ت	الاهداء	
ث	الشكر والتقدير	
ج - خ	قائمة المحتويات	
خ	مستخلصات البحث	
الصفحة	فصل الاول	
١	التعريف بالبحث	١
١	المقدمة واهمية البحث	١-١
٢	مشكلة البحث	٢-١
٣	هدف البحث	٣-١
٣	فرض البحث	٤-١
٣	مجالات البحث	٥-١
الصفحة	فصل الثاني	
٤	الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	٢
٤	الدراسات النظرية	١-٢
٤	الاغتراب النفسي	١-١-٢
٤	مفهوم الاغتراب النفسي	٢-١-٢
٥	الخصائص العامة للاغتراب النفسي	٣-١-٢
٥	اسباب ومصادر الاغتراب	٤-١-٢
٥	انماط الاغتراب وانواعه	٥-١-٢
٥	الدراسات السابقة	٦ - ١ - ٣

المحتويات

الصفحة	الموضوع	المبحث
الصفحة	فصل الثالث	
٦	منهجية البحث واجراءاته الميدانية	٣
٦	منهج البحث	١-٣
٦	مجتمع وعينة البحث	٢-٣
٧	ادوات البحث	٣-٣
٧	مقياس الاغتراب النفسي	٤-٣
٨	الاسس العلمية للمقياس	٥-٣
٨	صدق المقياس	١-٥-٣
٨	ثبات المقياس	٢-٥-٣
٩	التجربة الاستطلاعية	٦-٣
٩	التجربة الرئيسية	٧-٣
١٠	الوسائل الاحصائية	٨-٣
الصفحة	فصل الرابع	
١١	عرض ومناقشة النتائج	٤
١١	عرض النتائج	١-٤
١٥	مناقشة النتائج	٢-٤
الصفحة	فصل الخامس	
١٧	الاستنتاجات والتوصيات	٥
١٧	الاستنتاجات	١-٥
١٧	التوصيات	٢-٥
١٨	مصادر البحث	

الجدول

٦	اشتمل مجتمع البحث على طلبة كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم (٧٥٠) طالباً وطالبة اما عينة البحث فقد تم اختيارها عشوائياً من جميع المراحل الدراسية وبنسبة (٦٧) من كل مرحلة .	-١
٨	الصدق (يعني ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه ولا يقيس شيء اخر سواه .	-٢
٩	بين قيمة معامل الثبات لمقياس الاغتراب النفسي .	-٣
١١	يمثل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لمقياس الاغتراب النفسي .	-٤
٣	يبين تواجد عينة البحث حسب المستويات .	-٥
١٤	يبين محاور الاغتراب النفسي وحسب المراحل وقيمة (f) المحسوبة والجدولية لدى عينة البحث	-٦
١٥	يبين قيمة (f) المحسوبة والجدولة لمجتمع المراحل وحسب المحاور	-٧

مستخلص البحث

تجلت اهمية البحث في التعرف على الاغتراب النفسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومحاولة معالجة ما يعانيه الطلبة من ضعف الانتماء. اما مشكلة البحث فقد تجلت بالإجابة على التساؤل الآتي هل يعاني طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من الاغتراب النفسي؟ وقد هدف البحث الى :- التعرف على مدى انتشار ظاهرة الاغتراب النفسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

وقد افترضت الباحثة بعدم انتشار ظاهرة الاغتراب النفسي لدى الطلبة ولغرض حل مشكلة البحث وتحقيق هدفه فقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الدراسات المسحية لملائمته طبيعة المشكلة المطروحة وقد اشتمل مجتمع البحث على طلبة كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم (٧٥٠) طالبا وطالبة اما عينة البحث فقد تم اختيارها عشوائيا من جميع المراحل الدراسية وبنسبة (٦٧) من كل مرحلة والجدول (١) يبين ذلك

ت	المرحلة	عدد الطلاب	النسبة	عينة البحث	العينة الاستطلاعية
١	المرحلة الاولى	١٥٠	٦٧	١٠١	١٠
٢	المرحلة الثانية	٢٥٠	٦٧	١٦٨	١٠
٣	المرحلة الثالثة	٢٠٠	٦٧	١٣٤	١٠
٤	المرحلة الرابعة	١٥٠	٦٧	١٠١	١٠
	المجموع	٧٥٠		٥٠٤	٤٠

وقد استعانت الباحثة بمقياس الاغتراب النفسي للطالب الجامعي الذي اعده (عمر و حسن احمد بدران) والذي يتكون من ستة محاور هي (الافتقار للهادفة ، مركزية الذات ، العزلة الاجتماعية ، عدم الالتزام بالمعايير ، العجز ، التمرد) والذي تم استخراج اسسه العلمية من (صدق وثبات) وتجربته على عينة صغيرة بلغت (٤٠) طالبا وطالبة للتأكد من صلاحيته وملائمته لعينة البحث ومن ثم تم اجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع المقياس على العينة واستلام الاستمارات وتدقيقها وبالتالي اخضاعها للمعالجات الاحصائية التي من خلالها تم عرض ومناقشة النتائج والتي من خلالها استنتجت الباحثة الآتي

1. انخفاض الاغتراب النفسي لدى عينة البحث من جميع المراحل الدراسية
2. مساهمة الرياضة في خفض معدل الاغتراب النفسي لدى الطلبة.

3. العمل الجماعي في الكلية ساهم في خفض معدل القلق والتوتر وبالتالي خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة

4. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المراحل الدراسية في نقياس الاغتراب النفسي ولجميع محاور المقياس

وبناء على ما جاء من استنتاجات فان الباحثة توصي بالاتي

1. استخدام مقياس الاغتراب النفسي للطالب الجامعي لبذي اعده (عمرو حسن محمد)
2. اجراء دراسة مقارنة بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وباقي كليات الجامعة
3. اجراء دراسة مقارنة بين الذكور والاناث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4. معالجة متوسطي الاغتراب والذين يعانون من الاغتراب النفسي من خلال برامج ارشادية

الفصل الاول

- التعريف بالبحث
- المقدمة واهمية البحث
- مشكلة البحث
- هدف البحث
- فرض البحث
- مجالات البحث

الفصل الاول

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

ان التقدم العلمي الحاصل في كافة مجالات الحياة جعل الانسان يعيش فترة من التطور والازدهار في الجوانب الحضارية والمادية ولعل هذا قد انعكس بالايجاب او السلب على الوضع النفسي الذي يعيشه الفرد .

ان عملية الانتقال من المدارس الاعدادية والثانوية الى الحياة الجامعية يعد نقلة كبيرة في حياة الفرد بعد ان كان الطالب يغيش الحصة الدراسية والالتزام اليومي بالدوام انتقل اليوم الى حياة اخرى تتيح له حرية الحركة والتعبير وجو المحاضرات من حيث طبيعتها ووقتها اصبح الفرد يعيش بعالم قائم بذاته لا يرى الا افكاره ومبادئه .

ولعل مشكلة الاغتراب النفسي تعد من المشاكل الذي يعاني منها الكثير من الافراد خاصة في بداية الحياة الجامعية ، حيث يشعر الطالب بانتقاله الى الحياة الجامعية حياة جديدة بكل مفرداتها فبعد ان كان زملاء الدراسة من نفس المنطقة اصبح الزملاء اليوم من مناطق مختلفة ومحافظات مختلفة وبيئات مختلفة يشعر الطالب في بدايات الدراسة بالتوجس والقلق وربما الانعزال عن المجتمع والشعور بالعجز .

وحيث ان الطلبة الجامعيون يمثلون شريحة مهمة من شرائح المجتمع لذا اصبح لزاما العمل على فهم هذه الطبقة نفسيا وكيفية التعامل معها وفهمها واخراجها من التساؤلات التي تدور بذهنها والقلق الذي تعيشه ، ان الطالب الجامعي قد يخسر كثيرا من حياته ومستقبله اذا استمر يعيش القلق والخوف من المستقبل او عاش وهو يكتم

بداخله الآراء والافكار بحيث يصعب عليه التعبير عنها باي صورة من صور السلوك مما يجعله يميل الى ان يكون فريسة سهلة للشعور بالاغتراب النفسي . فطلاب الجامعة هم قادة المستقبل وهم الثروة الحقيقية للبلد من خلال توظيف قدراتهم المختلفة لدفع عملية التنمية في مجتمعاتهم .

وكثيرا ما يتعرض الطلبة في الجامعة الى الكثير من المواقف التي تسبب التوتر والقلق مما يؤثر على حالتهم النفسية والدراسية معا ومن هذه المشكلات الشعور بالاغتراب النفسي .

وكون الباحثة طالبة جامعية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظت ان هناك ما يدعو للقلق من حيث ضعف الانتماء لدى الكثير من الطلبة الى الجامعة والذي قد يكون ناتجا عن عدم وضوح الاهداف وعدم تحمل المسؤولية وكل ذلك قد يسبب بالشعور بالعزلة الاجتماعية والعجز والذي قد ينتج عنه التمرد .

من هنا جاءت اهمية البحث في التعرف على الاغتراب النفسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومحاولة معالجة ما يعانيه الطلبة من ضعف الانتماء .

٢-١ مشكلة البحث

من خلال ما تم ملاحظته من ضعف الانتماء تعتقد الباحثة ان سبب هذا قد يعود الى ما يعانيه الطلبة من اغتراب نفسي وعدم الوعي الكامل باهمية العامل النفسي وما يعانيه الطلبة وعدم المحاولة في حل مشاكلهم من هنا تجلت مشكلة البحث في الاجابة على التساؤل الاتي

هل يعاني طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من الاغتراب النفسي ؟

٣-١ هدف البحث

١. التعرف على مدى انتشار ظاهرة الاغتراب النفسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة

٤-١ فرض البحث

تفترض الباحثة بعدم انتشار ظاهرة الاغتراب النفسي لدى الطلبة

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠٢٢-

٢٠٢٣

٢-٥-١ المجال المكاني : القاعات الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٣-٥-١ المجال الزمني : للفترة من ٢٠٢٣/٢/١ ولغاية ٢٠٢٣/٤/١٢

الفصل الثاني

- الدراسات النظرية والدراسات المتشابهة

- الدراسات النظرية

- الدراسات المتشابهة

الفصل الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ الاغتراب النفسي

شغل موضوع الاغتراب النفسي اهتمام الباحثين والمفكرين لما له من تاثيرات سلبية على حياة الفرد ، فالاغتراب النفسي ظاهرة انسانية حظيت بالاهتمام من قبل الفلاسفة والمفكرين وعلماء النفس وقد استخدموا هذا المصطلح للتعبير عما يشعر به الانسان في القرن الحالي من غربة وما يحسه من زيف الحياة وعمقها وما يلاحظ من سطحية في علاقات الافراد مع بعضهم البعض في صورة تكاد تهدد وجود الانسان وصحته النفسية .

وذكر افلاطون (ان الفلسفة تبدأ بالتساؤل والدهشة والتعجب او الاستغراب او اقتحام المجهول او تبدأ حينما يفاجؤنا شيء بغربته او ان الفلسفة وليدة الغربة او انها تولد في رحم الاغتراب) اما سقراط فقد عبر عن الاغتراب فذكر عن الانسان المغترب (ان هناك فجوة في التفاعل الانساني بين تجربته الذاتية وتجربة جماهير بلاده)

٢-١-٢ مفهوم الاغتراب النفسي

هو حالة نفسية يشعر بها الفرد من خلال الانفصال عن ذاته ورغباته وقيمه وطموحاته ، ويظهر ذلك من خلال احساس الفرد بعدم الفاعلية والابتعاد عن الاخرين وانعدام تاثيره على المواقف الاجتماعية التي يتفاعل معها وهناك ابعاد للاغتراب (١)

ايناس محمد حواس : الاغتراب النفسي وعلاقته بالامان لدى الشباب ، مجلة كلية التربية ، بني سويف ، عدد يناير ، ج ٢٠٢١ ، ص ٢٥٦^١

١. العزلة الاجتماعية :- تعرف على انها شكل متطرف من الاضطرابات في العلاقات مع الاخرين حيث ينفصل الطفل عن رفاقه ويبقى منفردا وعرفها عبد اللطيف خليفة " هي الشعور بالوحدة والفراغ النفسي والافتقاد الى الامن والعلاقات الاجتماعية الحميمة ، والبعد عن الاخرين حتى وان وجد بينهم (١)
٢. التمرد :- يقصد به شعور الفرد بالبعد عن الواقع ومحاولة الخروج عن المألوف والشائع وعدم الانصياع للعادات والتقاليد السائدة والكراهية والعداء لكل ما يحيط بالفرد من قيم ومعايير (٢) .

٢-١-٣ الخصائص العامة للاغتراب النفسي (٣)

١. نقص المودة والالفة مع الاخرين .
٢. الشعور بعدم الرغبة الاجتماعية .
٣. غياب معنى الحياة وقيمتها لدى الفرد المغترب
٤. ضعف الروابط الاجتماعية مع الاخرين
٥. القلق والتوتر وما يترتب عنها
٦. النظرة السلبية التشاؤمية .
٧. شعور الفرد بعدم القيمة وعدم الاهمية وان حياته لا معنى لها .
٨. الفراغ العاطفي .
٩. فقدان الوعي وصعوبة التحكم بالمشاعر .

٢-١-٤ أسباب ومصادر الاغتراب

٢-١-٥ انماط الاغتراب وانواعه

٢-٢ الدراسات السابقة

عبد اللطيف خليفة : دراسات في سايكولوجيا الاغتراب. القاهرة . دار غريب للنشر ، ٢٠٢١ . ص٣٩¹
محمد السيد علي : المخدرات تاثيراتها وطرق التخلص الامن منها ، الرياض ، دار فهد الوطنية . ص٥٠²
زينب محمود شقير : العنف والاضطراب النفسي بين النظرية والتطبيق ، ط١، القاهرة ، مكتبة الانجلو ، ٢٠٠٥ . ص١٢٨³

(دراسات سابقة)

شغل موضوع الاغتراب اهتمام الباحثين والمفكرين وذلك لما له من تأثيرات سلبية على حياة الفرد حيث حاول هؤلاء الباحثون ومن خلال الدراسات التي قاموا بها توضيح علاقة الاغتراب بالعديد من المتغيرات مثل (التوافق النفسي - التكيف - الاتجاهات - الابداع والابتكار - العدوانية - الرضا عن العمل والدافعية والانجاز والجوانب الانفعالية)

ولا يخفى بأن الدراسات السابقة تعد بمثابة السجل الحافل بالمعلومات والتي يمكن من خلالها رصد الظاهرة وتحديد موقعها من التراث وكذلك لتمكن من خلال هذا الاستعراض التعرف على موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة والاستعادة من بحوث التراث في تحديد العينات والادوات المستخدمة وعرض النتائج المستخلصة من البحوث السابقة فهي تمثل في حقيقة الامر المؤشر الذي يرشد الباحث بأن يبدأ من حيث انتهى الآخرون على اعتبار ان العلم لمسة متتابعة من الدراسات والبحوث لتعطي الحقائق الكونية المختلفة .

اجرى بكر (١٩٧٩) دراسة قياس مفهوم الذات والاعتراب لدى طلبة الجامعة وكان الهدف منها التعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين لدى طلبة الجامعة بشكل عام ولدى الجنسين حيث يتم بناء مقياس للاعتراب والمتكون (١٢٥) فقرة ومقياس مفهوم الذات المتكون من (٧٦) فقرة

اما دراسة هاني حسين الاحواني (٨١٩٨) المظاهر الشعورية بالاعتراب وعلاقتها بالخلفية الثقافية ومستوى التعليم بالإضافة الى متغيرات نفسية واجتماعية على عينة (١٢٠) طالباً من طلبة جامعة عين شمس والازهر وقد استخدم مقياس الاعتراب من اعداد (عادل الاشول)

وتوصل عزام (١٩٨٩) بدراسة بعض المتغيرات المصاحبة للاعتراب الشباب عن المجتمع الجامعي والتي هدفت الى معرفة شكله الاعتراب بين طلبة الجامعة الاردنية ومن هم المعرضون للاعتراب وبما يتميزون وكيفية تصرف الشباب المغتربين ازاء المواقف التي يرفضونها والعلاقة بين الاعتراب الخاص عن المجتمع الجامعي والاعتراب العام عن المجتمع العام .

الفصل الثالث

- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية
- منهج البحث
- مجتمع وعينة البحث
- ادوات البحث
- مقياس الاغتراب النفسي
- الاسس العلمية للمقياس
- التجربة الاستطلاعية
- التجربة الرئيسية
- الوسائل الاحصائية

الفصل الثالث

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الدراسات المسحية لملائمته طبيعة المشكلة المطروحة

٣-٢ مجتمع وعينة البحث

اشتمل مجتمع البحث على طلبة كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم (٧٥٠) طالبا وطالبة

اما عينة البحث فقد تم اختيارها عشوائيا من جميع المراحل الدراسية وبنسبة (٦٧) من كل

مرحلة والجدول (١) يبين ذلك

ت	المرحلة	عدد الطلاب	النسبة	عينة البحث	العينة الاستطلاعية
١	المرحلة الاولى	١٥٠	٦٧	١٠١	١٠
٢	المرحلة الثانية	٢٥٠	٦٧	١٦٨	١٠
٣	المرحلة الثالثة	٢٠٠	٦٧	١٣٤	١٠
٤	المرحلة الرابعة	١٥٠	٦٧	١٠١	١٠
	المجموع	٧٥٠		٥٠٤	٤٠

ملاحظة : تم استخراج العينة لكل مرحلة من خلال تطبيق القانون التالي

$$عينة البحث للمرحلة الاولى وبنفس الطريقة تم استخراج$$

باقي العينات للمراحل .

٣-٣ أدوات البحث

وهي جميع الوسائل والادوات التي اعتمدت عليها الباحثة في جمع بياناتها وهي

١. الملاحظة
٢. المقابلات الشخصية
٣. سجلات الكلية الرسمية لمعرفة اجمالي عدد الطلاب
٤. مقياس الاغتراب النفسي للطلاب الجامعي الذي اعده الباحث (عمرو حسن احمد بدران)
٥. المصادر والمراجع

وقد استعانت الباحثة بحاسبة نوع HB

اوراق واقلام

٣-٤ مقياس الاغتراب النفسي

استعانت الباحثة بمقياس الاغتراب النفسي للطلاب الجامعي الذي اعده (عمرو حسن احمد بدران) والذي يتكون من ستة محاور هي

١. الافتقار للهادفية
٢. مركزية الذات
٣. العزلة الاجتماعية
٤. عدم الالتزام بالمعايير
٥. العجز
٦. التمرد

تكون المقياس من (٨٠) فقرة (٤٧) فقرة باتجاه هدف المقياس و(٣٣) فقرة بعكس اتجاه هدف المقياس ، بلغت اعلى درجة للمقياس (١٦٠) درجة ، وقد تم وضع ثلاث مستويات للمقياس وكما يلي

١. المستوى الاول من ٥٣-٠ تشير الى ان الطالب غير مغترب نفسيا
٢. المستوى الثاني من ١٠٧-٥٤ تشير الى ان الطالب متوسط الاغتراب النفسي
٣. المستوى الثالث من ١٦٠-١٠٨ تشير الى ان الطالب مغترب نفسيا

٣-٥ الاسس العلمية للمقياس

٣-٥-١ صدق المقياس

الصدق (يعني ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه ولا يقيس شيء اخر سواه)^(١)، ولغرض استخراج صدق مقياس الاغتراب النفسي تم استخدام صدق المحتوى من خلال عرض المقياس على الخبراء والمختصين في علم النفس الرياض * وكما مبين في الجدول رقم (٢)

المقياس	عدد الخبراء	الموافقون	غير الموافقون	كاي ٢
الاغتراب النفسي لطلبة الجامعة	٤	٤	صفر	٤

٣-٥-٢ ثبات المقياس

وجيه محجوب : البحث العلمي ، بغداد، دار الكتاب للنشر .ص ١٥٦^١

• الخبراء الذين عرض عليهم المقياس

١.د علي حسين هاشم

١.د محمد حاتم

• ا.م.د حيدر كريم

• ا.م.د رافت عبد الهادي

الثبتا يعنى الاتساق والعدالة ولغرض التعرف على ثبات المقياس عمدت الباحثة الى طريقة اجراء الاختبار واعادته اذ تم اجراء الاختبار يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/٣/٢ على عينة مكونة من (٤٠) طالبا واعادة توزيع المقياس على نفس العينة بعد مرور اسبوعين وتم استخراج معامل الارتباط البسيط بين الاختبار الاول والاختبار الثاني واتضح ان المقياس ثابت من خلال استخدام معامل الارتباط البسيط بين الاختبارين وكما مبين في الجدول رقم (٣)

جدول (٣)

يبين قيمة معامل الثبات لمقياس الاغتراب النفسي

اسم المقياس	قيمة معامل الارتباط البسيط	الدلالة الاحصائية
الاغتراب النفسي لطلبة الجامعة	٠.٨٧	معنوي

٣-٦ التجربة الاستطلاعية

قامت الباحثة باجراء تجربة استطلاعية يوم الخميس الموافق ٢٠٢٣/٣/٢ على عينة ممثلة لمجتمع البحث قوامها (٤٠) طالبا الغرض منها ما يلي :

١. التعرف على قدرة الكادر المساعد

٢. التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة عند استخدام المقياس

٣. مدى وضوح الفقرات لدى عينة البحث

٤. استخراج الثبات

وقد تم تحقيق جميع متطلبات التجربة الاستطلاعية .

٣-٧ التجربة الرئيسية

بعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية واستخراج الاسس العلمية للمقياس والتأكد من صلاحية المقياس للعينة عمدت الباحثة بتاريخ ٢٠٢٣/٣/٢٠ على توزيع المقياس على عينة البحث البالغة ٤٠٤ طالبا وطالبة وبعد جمع الاستمارات وتدقيقها وتفرغ معلوماتها اصبحت جاهزة لاستخراج معالمها الاحصائية .

٣-٨ الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية متمثلة بالحقيبة الاحصائية spss

الفصل الرابع

- عرض ومناقشة البحث

- عرض النتائج

- مناقشة البحث

الفصل الرابع

٤- عرض ومناقشة النتائج

٤-١ عرض النتائج

من خلال النتائج التي توصلت اليها الوسائل الاحصائية عمدت الباحثة الى تبويبها من خلال جداول وعرضها ليتم مناقشتها

جدول (٤)

يمثل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لمقياس الاغتراب النفسي

المرحلة	المستوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الاولى	المستوى الاول	٣٤.١٨	٦.١٨	٠.١٥
	المستوى الثاني	١٧.٢٢	٧.٢	٠.٢٢
	المستوى الثالث	٨.١	٦.٣	٠.١٩
الثانية	المستوى الاول	٣٣.١٥	٧.١٢	٠.٨٧
	المستوى الثاني	١٨.٣٤	٦.١٥	٠.٦٥
	المستوى الثالث	١٥.٢١	٥.٢٥	٠.٢٢
الثالثة	المستوى الاول	٤٠.١٢	٦.٢٥	٠.٥٥
	المستوى الثاني	٢٨.١٦	٦.١٨	٠.٦٥
	المستوى الثالث	٤.١٢	٧.٢٢	٠.٧٨
الرابعة	المستوى الاول	٣٥.١٢	٧.١٥	٠.٨٨
	المستوى الثاني	١٨.٠٢	٦.٢٢	٠.٥٧
	المستوى الثالث	٥.١١	٦.١٨	٠.٧١

يبين الجدول رقم (٤) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والتوزيع الطبيعي للعينة من

خلال معامل الالتواء

- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الاول للمرحلة الاولى (٣٤.١٨) وبانحراف معياري مقداره (٦.١٨) وبمعامل التواء مقداره (٠.١٥)
- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الاول للمرحلة الثانية (٣٣.١٥) وبانحراف معياري مقداره (٧.١٢) وبمعامل التواء مقداره (٠.٨٧) .
- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الاول للمرحلة الثالثة (٤٠.١٢) وبانحراف معياري مقداره (٦.٢٥) وبمعامل التواء مقداره (٠.٥٥)
- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الاول للمرحلة الرابعة (٣٥.١٢) وبانحراف معياري مقداره (٧.١٥) وبمعامل التواء مقداره (٠.٨٨)
- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الثاني للمرحلة الاولى (١٧.٢٢) وبانحراف معياري مقداره (٧.٢) وبمعامل التواء مقداره (٠.٢٢)
- اذ يبلغ الوسط الحسابي للمستوى الثاني للمرحلة الثانية (١٨.٣٤) وبانحراف معياري مقداره (٦.١٥) وبمعامل التواء مقداره (٠.٦٥)
- وهكذا لباقي المراحل وكما مبينة في الجدول اعلاه .

جدول (٥)

يبين تواجد عينة البحث حسب المستويات

المرحلة	العدد الكلي	المستوى الاول	المستوى الثاني	المستوى الثالث
الاولى	١٠١	٦٥	٢٥	١١
الثانية	١٦٨	٩٠	٥٠	٢٨
الثالثة	١٣٤	٧٢	٥٣	٩
الرابعة	١٠١	٥٦	٣٧	٨

من خلال ملاحظة الجدول (٥) يتبين ان

جميع المراحل بلغ العدد الاكبر من عينة البحث ضمن المستوى الاول والذي يبين عدم وجود اغتراب نفسي

واتى متوسط الاغتراب بالمستوى الثاني وبأعداد دون المتوسط وهناك اعداد قليلة تعاني من الاغتراب النفسي

جدول (٦)

يبين محاور الاغتراب النفسي وحسب المراحل وقيمة (F) المحسوبة والجدولية لدى عينة البحث

المرحلة	المحور	عدد الطلاب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	الدلالة الاحصائية
الأولى	الاستعداد للهادفية	١٠١	١٦.٢٥	٥.١٨	١.١٥	غير معنوي
الثانية		١٦٨	١٥.٢١	٦.١١		غير معنوي
الثالثة		١٣٤	١٨.٢٢	٧.٢٢		غير معنوي
الرابعة		١٠١	١٧.١٥	٦.٢٥		غير معنوي
الأولى	مركزية الذات	١٠١	٢٢.٢٢	٧.١٨		غير معنوي
الثانية		١٦٨	٢٣.١٧	٨.١٢		غير معنوي
الثالثة		١٣٤	٢١.١٢	٨.١٨		غير معنوي
الرابعة		١٠١	٢٢.٢٩	٧.٢٥		غير معنوي
الأولى	العزلة الاجتماعية	١٠١	١٩.١١	٦.١٨		غير معنوي
الثانية		١٦٨	٢٠.١٨	٥.١٥		غير معنوي
الثالثة		١٣٤	٢١.١٧	٦.٢٢		غير معنوي
الرابعة		١٠١	١٩.١٥	٦.١٧		غير معنوي
الأولى	عدم الالتزام بالمعايير	١٠١	١٧.١٦	٦.١٢		غير معنوي
الثانية		١٦٨	١٨.٢٢	٦.١٨		غير معنوي
الثالثة		١٣٤	١٩.١٥	٦.٢٥		غير معنوي
الرابعة		١٠١	١٧.٢١	٧.١٢		غير معنوي
الأولى	العجز	١٠١	١٣.١٢	٦.١٨		غير معنوي
الثانية		١٦٨	١٣.٢٥	٦.١٧		غير معنوي
الثالثة		١٣٤	١٢.١١	٦.١٢		غير معنوي
الرابعة		١٠١	١٢.٢٢	٦.٢٥		غير معنوي
الأولى	التمرد	١٠١	٢٣.٢١	٦.١٨	غير معنوي	
الثانية		١٦٨	٢٤.١٥	٦.١١	غير معنوي	
الثالثة		١٣٤	٢٢.١٧	٦.١٨	غير معنوي	
الرابعة		١٠١	٢١.١٨	٧.٢٢	غير معنوي	

جدول (٧)

يبين قيمة (F) المحسوبة والجدولية لجميع المراحل وحسب المحاور

العامل	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	قيمة F الجدولية	الدلالة الاحصائية
بين المجموعات	٥	١٥٤٢.٠٤	٧٧١.٠٢	١.١٥	٣.٠٢	غير معنوي
داخل المجموعات	٣٩٩	٥٠٨٥٤.٥٣	٦٣٧.٨٥			

٤-٢ مناقشة النتائج

من خلال ملاحظة الجدول رقم (٦) والجدول رقم (٧)

يتبين ان قيمة (F) المحسوبة بلغت (١.١٥) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (٣.٠٢) عند درجة حرية (٥، ٣٩٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين عينة البحث حسب مراحلها الدراسية والمحاور المكونة لمقياس الاغتراب النفسي والذي دل على عدم وجود اغتراب نفسي لدى اغلب عينة البحث .

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان ممارسة الرياضة والجو العام في الكلية والذي يعتمد العمل الجماعي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة قد ساهم في انخفاض مستوى القلق والتوتر الذي يمر به الطالب رغم الظروف العامة الغير مشجعة من عدم وضوح مستقبل الطالب

فالعامل الجماعي والرياضي ساهم في تعاون الجميع وعدم اعطاء فرصة لانعزال الطالب وبالتالي احتمالية تعرضه للاغتراب النفسي .

وهذا يتفق مع ما ذكره (امين الخوالي) (ان الانسان الذي يمارس الرياضة يتواجد مع ذاته ومع الاخرين بمعنى اخر ينخفض لديه الشعور بالاغتراب النفسي)^(١)

كما اكدت دراسة (محروس ومحمود) الخاصة ببرنامج مقترح للجماز العام واثره في خفض الاغتراب النفسي (استنتج ان البرنامج الرياضي عمل على خفض الاغتراب النفسي لدى عينة البحث)^(٢) .

مما تقدم يمكن القول ان ممارسة الرياضة بشكل يومي من خلال دروس الكلية ساهم في خفض الاغتراب النفسي لدى عينة البحث .

امين انور الخوالي : عوامل الاغتراب في الرياضة وتأثير وسائل الاعلام ، جامعة طوان ، كلية التربية الرياضية ، مؤتمر الرياضة للجميع

١٩٨٤، ص ١٥

محروس محمود محروس ومحمود محمد محمد حسن : تأثير برنامج للجماز العام على خفض الاغتراب النفسي وبعض الصفات البدنية لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، العدد ٣ سبتمبر ٢٠٠٤، ص ٢٥

الفصل الخامس

- الاستنتاجات والتوصيات

الفصل الخامس

٥. الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

بناء على ما تم عرضه ومناقشته في الفصل الرابع فان الباحثة توصلت الى الاستنتاجات الاتية :

١. انخفاض الاغتراب النفسي لدى عينة البحث من جميع المراحل الدراسية
٢. مساهمة الرياضة في خفض معدل الاغتراب النفسي لدى الطلبة .
٣. العمل الجماعي في الكلية ساهم في خفض معدل القلق والتوتر وبالتالي خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة
٤. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المراحل الدراسية في نقياس الاغتراب النفسي ولجميع محاور المقياس

٥-٢ التوصيات

بناء على ما جاء من استنتاجات فان الباحثة توصي بالاتي

١. استخدام مقياس الاغتراب النفسي للطلاب الجامعي لبني اعده (عمرو حسن محمد)
٢. اجراء دراسة مقارنة بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وباقي كليات الجامعة
٣. اجراء دراسة مقارنة بين الذكور والاناث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤. معالجة متوسطي الاغتراب والذين يعانون من الاغتراب النفسي من خلال برامج ارشادية

((المصادر))

- ١) وفاء موسى :- الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته بمدى تحقيق حاجاتهم النفسية .
- ٢) محروس محمود محروس ومحمود محمد محمد حسن تأثير برنامج تعليمي مقترح للجماز العام على خفض الاغتراب النفسي وبعض الصفات البدنية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية .
- ٣) ممدوح عبد المنعم الكناني الاحصاء الوصفي والاستدلاله في العلوم السلوكية والاجتماعية .
- ٤) عطيات فتحي ابو العينين علاقة الاتجاهات نحو المشكلات الاجتماعية بمظاهر الاغتراب النفسي في ضوء المستوى الاجتماعي والاقتصادي .
- ٥) عز الدين الحسيني سليمان تقديم اداة الادارة الرياضي بالجامعات المصرية .
- ٦) عبد المطلب أمين الفريطي وعبد العزيز السيد الشخص بحيث ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعودية وعلاقتها ببعض المتغيرات الاخرى .
- ٧) عادل عز الدين الاشول / علم النفس النمو القاصرة . مكتبة المصرية ١٩٨٢م
- ٨) عادل عز الدين الاشول / وآخرون :- التغير الاجتماعي واغتراب شباب الجامعة القاصرة الاكاديمية .
- ٩) صالح بن ابراهيم الضيع الاغتراب لدى طلاب الجامعة بحث مقرنه بين الطلاب السعوديين والعمالين - الرياض مجلة رسالة الخليج العربي العدد (٨٢) ١٩٩٨م

ملحق (١) أسماء السادة والخبراء

مكان العمل	الاختصاص	الاسم واللقب العلمي
جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس / كرة القدم	أ.م.د.د.علي حسين هاشم
جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس / ساحة وميدان	أ.م.د.د.محمد حاتم
جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس / كرة القدم	أ.م.د.د.رأفت عبد الهادي
جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس / كرة القدم	أ.م.د.د.حيدر كريم

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م / استمارة استبيان

تروم الباحثة بأجراء بحثاً عن (الرياضة وأثرها في خفض الاغتراب النفسي لدى

طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) ولكونكم من اصحاب الخبرة

والاختصاص يرجى بيان رأيكم حول الرياضة وأثرها في خفض الاغتراب النفسي

لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الباحثة

نكاء زهير انوار

اسم الخبير :

الدرجة العلمية :

التخصص :

التوقيع :

التاريخ :

مع التقدير