

التمايز العقلي وعلاقته بالصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات التربية الرياضية

أ.د. عامر سعيد الخيكاني أ.م.د. أمل علي سلومي
ندى احمد حميدى

2014م

1435 هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

هدف البحث إلى معرفة كل من التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي، وكذلك العلاقة بينها لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل. وقد اشتمل مجتمع البحث على (24) طالبة هن في المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل وقد اختار الباحثون (20) طالبة منهن بالطريقة العشوائية، واعتمد الباحثون المنهج الوصفي بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية لتتلاءم مع تحقيق الأهداف المخطط لها في البحث. اختار الباحثون عدة مقاييس لتحقيق أهداف بحثهم الحالي تمثلت باختبار (التمايز العقلي) ومقاييس (الصحة النفسية) و(التكيف الدراسي) حيث تم عرض المقاييس الثلاثة المذكورة بجميع فقراتها على السادة الخبراء والمختصين (المذكورين سابقاً ضمن مقابلات شخصية) وقد أجمعوا على صلاحية هذه المقاييس بفقراتها، لذا كانت هذه المقاييس صالحة للتطبيق. وبعد التحقق من الشروط العلمية للمقاييس الثلاثة قام الباحثون بتطبيقها على الطالبات لتظهر نتائج كان أبرزها تميز طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل بحدود الوسط في التمايز العقلي وبدرجات عالية في كل من الصحة النفسية والتكيف الدراسي، فضلاً عن وجود علاقة ارتباط بين الصحة النفسية وكل من التمايز العقلي والتكيف الدراسي لهن.

ليوصي الباحثون بعدها بعدة توصيات استناداً إلى ما خرجوا به من نتائج لمعالجة مشكلة البحث.

الكلمات المفتاحية: (التمايز العقلي - الصحة النفسية - التكيف الدراسي)

Abstract.

Differentiation and its relationship to mental health, psychological and academic adjustment for students of Physical Education

The research aims to find out all of the differentiation of mental health and psychological and academic adjustment , as well as the relationship between them for the students of the fourth stage in the Faculty of Physical Education of the University of Babylon. This has included the research community on (24) students are in the fourth stage

at the College of Physical Education, University of Babylon, the researchers have chosen (20) student of them randomly , and the researchers adopted a descriptive approach survey methods and relationships to fit in correlation with the achievement of planned targets in the search. The researchers chose several benchmarks to achieve the objectives of their research current was tested (differentiation mental) and standard (mental health) and (adapting the school) where they were displayed three measures mentioned in all paragraphs of the gentlemen of experts and specialists (mentioned previously within the personal interviews) have agreed on the validity of these scales paragraphs of so were these standards apply. After verification of the conditions of scientific standards of the three , the researchers applied to the students to show results , most notably marked by students of the fourth stage in the Faculty of Physical Education of the University of Babylon up the middle in the differentiation of mental and varying high in both mental health and adapt the school , as well as the existence of a correlation between mental health and all differentiation of mental and adapt them to the school.

Then the researchers recommend a number of recommendations based on what came out of it to deal with the results of the research problem.

Key Words: (Mental differentiation - Mental Health - Adaptation to school)

1- المبحث الاول: التعريف بالمبحث.

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

اتجاه الطالبات بعد المرحلة الإعدادية سيكون الى المرحلة الجامعية بما فيها من متغيرات كثيرة يفاجئن بها لذا فهن بحاجة لجملة من الصفات التي لابد أن يتحلين بها ومنها أولاً وقبل كل شيء الصحة النفسية والتكيف الدراسي. وتوفر هذه الصفات لديهن سيساعدهن في خوض التجربة الجامعية بنجاح ولخصوصية التربية الرياضية لابد أن تتكيف الطالبة بشكل مناسب كما لابد تتمتع بتمايز عقلي مناسب تدرك من خلاله واقعها الجديد.

كل الدروس النظرية والعملية التي تتدرج فيها الطالبات في الكلية لابد أن تؤثر في سلوكهن ويفرض الباحثون إن أموراً كثيرة تتحكم بالطالبة طبقاً للمرحلة الدراسية التي تعيشها ولذلك ففي كل مرحلة تخوض الطالبة تجربة تختلف بها عن المرحلة التي قبلها أو التي بعدها وهذا يساهم في انه تكون بالتكيف المطلوب دراسياً وبالصحة النفسية الملائمة وفي المستوى الذي من الممكن أن يجعلهن بتمايز عقلي جيد للتعامل مع المحيط الجديد، ولكي تتمكن المرأة من ممارسة الأنشطة الرياضية تبعاً للدور الذي تقوم به هذه الأنشطة فذلك يحتاج الى جهود منظمة ويحتاج الى الاستناد على اسس علمية مدروسة تتمكن من خلالها من ممارسة الرياضة والاستفادة منها بالشكل الافضل والاحسن والذي يمكنها من زيادة انتاجيتها في مختلف مجالات الحياة ويحقق لها مكسباً جديداً اخر يمكنها من المشاركة في بناء المجتمع والاسهام في ازدهاره وتقدمته الى امام جنباً الى جنب مع اخيها الرجل (1: 149).

ومما سبق تأتي أهمية البحث الحالي في التعرف على طبيعة التكيف الدراسي الذي يتمتع به طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل للمرحلة الرابعة وكذلك الصحة النفسية والتمايز عقلي الذي يتميز به، كما ان من المهم معرفة وجه العلاقة التي قد تربط المتغيرات النفسية المذكورة، ويعد معرفة الفروق التي قد تكون موجودة بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل للمرحلة الرابعة من الأهمية بمكان ليشكل دعائم البحث الحالي.

2-1 مشكلة البحث:

من البديهيات الإنسانية قبل الدخول في أي مجال اجتماعي ودراسي وأكاديمي أو مجال عملي لابد من يكون هناك تحضيراً نفسياً يبدأ من الأفراد الذين يريدون الدخول إلى هذه المجالات. وتعد المعايير الاجتماعية من أكثر العوامل تأثيراً في تكوين اتجاهات الفرد ونموها للموضوعات المختلفة. (2: 143).

ومن خلال خبرة الباحثين كونهم في كلية التربية الرياضية في جامعة بابل وجدوا إن بعض الطالبات يعانين في المراحل الدراسية والتكيف مع الدروس النظرية والعملية (على الأخص)، كما قد يؤثر ذلك في الصحة النفسية التي يتمتعن بها والتمايز العقلي الذي يحتجن له لمسايرة المجال الذي دخلن فيه للدراسة ويعد كل ذلك الوجه الأول للمشكلة، بينما يشكل عدم معرفتنا بطبيعة العلاقة التي قد تربط المتغيرات المذكورة أعلاه وجهها الثاني كل ذلك جسد مشكلة حاول الباحثون حلها من خلال البحث الحالي.

3-1 اهداف البحث:

- التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل.
- العلاقة بين كل من التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل.

4-1 فرض البحث:

هناك ارتباطاً إيجابياً بين كل من التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل.

2- المبحث الثاني: الدراسات النظرية.

1-2 مفهوم التمايز:

استخدم مصطلح (التمايز) في ضمن مجالات متعددة وبمعان ربما لا تختلف مضامينها كثيراً، وقد استخدمه علم الأحياء بوصفه تغيراً تدريجياً في التطور أو النمو، أي العملية التي عن طريقها تولد مجموعة خلايا متجانسة نسبياً لأنواع المختلفة من الخلايا والأنسجة، وهي من ثم العملية التي بواسطتها ترتقي فعاليات ووظائف غير متخصصة نسبياً إلى أكثر تخصصاً نسبياً، فالوظائف المبكرة تولد اللاحقة، وتناول علم الرياضيات أيضاً مفهوم التمايز باعتباره الفارق أو المميز أو التفاضل، ويستخدم أحيانا مفهوم التمييز مرادفاً للتمايز في هذا المجال (3: 394,395).

أما في علم النفس فقد استخدم (بافلوف، 1890) إشارة إلى المنعكس الشرطي الراسخ والذي لا يمكن إثارته إلا بالتنبه الشرطي الأكثر استخداماً، حيث يميز الحيوان في التجارب المختبرية بين نغمات صوتية متعددة عن طريق نشوء عملية كف للنغمات الأخرى ألا النغمة الشرطية، فالتمايز أذن عملية تفريق بين استجابتين متشابهتين أو بين تنبيهين متشابهين، فالمنعكس الشرطي يمر من حالة التشتت (التشمع) إلى حالة التفارق والتمايز، فهناك، حسب- بافلوف، تمايز استجابة وتمايز التنبه.

استخدم (كيريت ليفن) مصطلح (تمايز المجال الحيوي) كتنظيم مجال الحياة إلى أبعاد مختلفة كالماضي والحاضر والمستقبل، وإلى مستوى الواقع الحقيقي ومستوى الخيال أو اللاحقية.

وتتاول علم النفس التمايز بشكل متبادل وفي إشارة أحيانا إلى مفاهيم مقاربة، كالتفردية التي تعني اتجاهاً قوياً نحو استقلال الذات وكذلك تعني الاستقلالية والتخصص.

وقد اخذ مفهوم التمايز ضمن عدد كبير من الدراسات التي أجراها (وتكن) وباحثون آخرون، منحى مستقراً من حيث المعنى والاستخدام المحدد، فهو عموماً يعني الفصل والتخصص، فالتمايز بحسب (وتكن) يدل على فصل الفعاليات النفسية عن بعضها البعض ويعني التخصص الوظيفي لكل فعالية.

2-2 مفهوم الصحة النفسية:

يمكن تعريف الصحة النفسية السليمة بأنها قدرة الإنسان على الشعور بالسعادة وإيمانه بقيمة المختلفة في الحياة وتكوين علاقات صادقة مع الآخرين وكذلك قدرته على العودة إلى حالته الطبيعية بعد التعرض لأي صدمة أو ضغط نفسي بالصحة النفسية جزء مكمل للصحة العامة إن عالم اليوم ملئ بالضغوط النفسية والاجتماعية والانفعالات المستمرة والتي قد تؤثر على صحة الإنسان سواء الجسدية أو النفسية كما أصبح التحول الحضاري وتغير أنماط الحياة والتعرض لوسائل الإعلام الخارجية من العوامل التي تساعد على أحداث تغيرات كبرى في السوك الاجتماعي والنفسى للشخص ونتيجة لهذا فقد بدأت أعداد المرضى النفسيين والمدمنين تتزايد يوماً على مستوى العالم بالرغم من الجهود المضنية لمكافحة هذه المشكلة. وقد تكون هذه النتيجة تشير الى ان كلا الجنسين يعيش في ظروف مقاربة من حيث جو الكلية والظروف اليومية بكل تفاصيلها (4: 171-190).

تسجل الأمراض النفسية والعقلية انتشاراً واسعاً في كافة المجتمعات النامية والمتقدمة على حد سواء فقد يصاب البعض منا ببعض الاضطراب العاطفي في أوقات مختلفة وقد يشعر البعض الآخر بالحزن لأسباب متعددة بينما يحس البعض الثالث بالقلق والتوتر في أوقات أخرى وقد يصبح البعض عصبياً أو يغضب لموقف ما أو ينصرف بطريقة غريبة تحت ظروف معينة.

وهناك الكثير من المعتقدات الخاطئة لتحليل الأمراض النفسية كالاعتقاد بأن الجن والقوى الشيطانية والسحر قد يسبب الأمراض النفسية والعقلية ويلجأ البعض إلى المشعوذين والدجالين لعلاج المرض النفسي مما يؤدي إلى تأخر حالة المريض وأن تصبح حالته أسوأ بينما تتوفر الآن في المستشفيات أحدث الأدوية لعلاج المريض النفسي وأعانة لأداء دوره في بناء المجتمع.

2-3 مفهوم التكيف الدراسي:

لم تعد الحياة سهلة بسيطة بل تعقدت أمورها، وتشابكت خطوتها، وأصبح الفرد يتعامل في علاقاته بأسلوب مباشر أو غير مباشر مع أفراد يختلفون عنه في جوانب كثيرة، كما إن الأدوار التي يقوم بها الفرد قد تعددت وكل ذلك يفرض عليه تعدد أنماط سلوكياته، ويمثل عبئاً نفسياً على كاهله ليرضي الأطراف الذين يتعامل معهم جميعاً (5: 17) لذلك يحتاج أن يتكيف مع كل هذه الأحداث والظروف، حيث يظهر التكيف في حياتنا اليومية في مناسبات مختلفة وميادين متنوعة، فنحن نتحدث عن تكيف العضوية مع الشروط الطبيعية التي تحيط بها وعن تكيف الفرد مع البيئة الاجتماعية الجديدة التي يأتي إليها بما في ذلك المدرسة، وكل ما تحتويه من نظم وقوانين وعلاقات تبين مختلف أفرادها، فحين يفاجأ الفرد بظروف غير منتظرة أو خطر فإنه يمر بلحظات اضطراب يحاول نتيجتها البحث عن الوسيلة المناسبة لمواجهة هذه المواقف، فهو بهذا يجد نفسه أمام ظروف جديدة يحاول أن يعدل في مجرى سلوكه الذي كان عليه ليحمله مناسباً ويطلق على هذا النوع اسم السلوك التكيفي.

حين يفاجأ الفرد ظرفاً جديداً، يمر بلحظات من الاضطراب والسعي الحثيث في البحث عن الوسيلة أو الأسلوب المناسب للتعامل مع الظروف أو المواقف، فهو في هذه الحالة مفروض عليه أن يعدل مجرى سلوكه ليحمله متناسباً مع هذا الظرف الجديد فما يصدر عن الفرد من ردود أفعال أمام هذا الموقف الجديد نستطيع أن نعبر عنه بمحاولة التكيف مع الظروف الجديدة. والتكيف حسب المفهوم النفسي هو تلك العملية الدينامية المستمرة التي يسعى الفرد من ورائها إلى التعديل أو التغيير من سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً مع البيئة.

2-4 كيف تتكيف مع الحياة الجامعية؟

قبل البدء في الموضوع هناك عدة أسئلة ترد إلى أذهاننا قبل انتقالنا إلى المرحلة الجامعية وهي: كيف نتكيف مع الحياة الجامعية؟ والأمور التي يجب علينا معرفتها لكي نتكيف في الجامعة؟ تصب هذه الأسئلة في موضوع واحد وهو: التكيف مع الحياة الجامعية. وسأذكر نقاطاً توضح الموضوع وتوضح جوانب التكيف سلبية كانت أو ايجابية وأيضاً عدد من الوسائل المساعدة للتكيف وغيرها.

تبرز أهمية التكيف في الحياة الجامعية كتهيئة مبكرة للطلاب لتقاضي حدوث أية مفاجئات اجتماعية أو أحداث (إخفاقات) دراسية غير متوقعة وأيضاً كمساعدة للطلاب في بداية مشواره في حياته الجامعية من خلال إتباع الوسائل المساعدة على التكيف والتأقلم للتغيرات الجديدة منذ التحاقه بالجامعة.

من الطبيعي جداً شعور الطالب بالقلق وخصوصاً في أيامه الجامعية الأولى. لاشك بأنه هناك ارتباط وثيق بين النجاح في الجامعة وبين التكيف فيها (علاقة طردية). ومن المشاكل الشائعة بين الطلاب المستجدين هو حبس مشاكلهم في أنفسهم دون البحث عن المساعدة لإيجاد الحلول المناسبة.

من أبرز وأهم إخفاقات الطلاب في الجامعة هو عدم تأقلمهم مع الحياة الدراسية والمتطلبات الجامعية وعدم تكيفهم مع الظروف الاجتماعية أو النفسية. ويتأثر مدى تكيف الطالب المستجد إيجاباً وسلباً وفقاً لبعض العوامل ومنها:

ضغوط الأصدقاء داخل أو خارج الجامعة، ومتطلبات الأسرة أو الاحتياجات الشخصية، والظروف المالية أو الغربية وكلها تتطلب الوسائل المساعدة على التكيف من قبل الطالب لكي يتمكن من التكيف بطريقة فعالة. من أهم الأمور المعينة على التوفيق والسداد هو توثيق العلاقة مع الله عز وجل والالتجاء إليه وبذل الجهد في أداء الاختبارات والبعد عن المعاصي والمحرمات وعدم العجز عن الدعاء. معرفة الفروق بين الجامعة وما قبلها أمر مهم ويجدر بالطالب أن يتفاعل إيجابياً ويتوازن مع المجتمع الجديد بعدة أمور منها: تحمل المسؤولية الجديدة الملقاة عليه، وتكوين علاقات جيدة ومفيدة، وممارسة الأنشطة النافعة، والبدء من حيث انتهى الآخرون وغيرها الكثير.

3- المبحث الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

1-3 منهج البحث:

اعتمد الباحثون المنهج الوصفي بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية لتتلاءم مع عملية تحقيق الأهداف المخطط لها في البحث الحالي.

2-3 العينة والإجراءات:

اشتمل مجتمع البحث على (24) طالبة هن في المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل وقد اختار الباحثون (20) طالبة منهن بالطريقة العشوائية ونسبة (70,83%) لتطبيق مقاييس البحث الحالي والخروج بنتائج يمكن تعميمها. وعن إجراءات البحث فقد قام الباحثون بعدة إجراءات للوصول إلى النتائج المتوخاة من البحث الحالي واختار الباحثون عدة مقاييس لإجراء البحث هي:

• اختبار التمايز العقلي:

أعدّه علي بخيت (6: 157 - 170) حيث استخدم (25) فقرة وكل فقرة تجسد شكلاً من الأشكال يطلب من المفحوصين رسم شكل ضمنها حيث تكون طريقة الإجابة عن طريق رسم الشكل الصحيح الموجود في الأشكال البسيطة التي تدور حولها أجزاء الاختبار، وعن طريقة إعطاء الدرجة فيعطى للشكل الصحيح (1) وللخاطئ (صفر).

• مقياس الصحة النفسية:

وقد أعدّه كامل الزبيدي وسناء الهزاع (4: 52) ويتكون من (24) فقرة تجسد أموراً تعنى بالصحة النفسية وتكون الإجابة عنها وفق بدائل (نعم، وأحياناً، لا) وطريقة إعطاء الدرجة إذا كانت الفقرة إيجابية (3) للإجابة بـ(نعم) و(2) للإجابة بـ(أحياناً) و(1) درجة واحدة للإجابة بـ(لا)، وعكس ذلك لل فقرات السلبية.

• التكيف الدراسي:

وقد أعدته سهيلة حسين قلندر (7: 26) ويتكون المقياس من (84) فقرة تتمحور حول تكيف الأفراد للدراسة وتكون طريقة الإجابة عنها بـ(نعم، وأحياناً، لا) على أن تعطى للفقرات الايجابية (3) للإجابة بـ(نعم) و(2) للإجابة بـ(أحياناً) و(1) درجة واحدة للإجابة بـ(لا)، وعكس ذلك للفقرات السلبية. ثم تم عرضها وبجميع فقراتها على السادة الخبراء والمختصين* وقد أجمعوا على صلاحية هذه المقاييس بفقراتها، وبذلك تم التحقق من صلاحيتها للتطبيق. ليجري الباحثون تجربة استطلاعية لمحاولة التعرف على صلاحية أدوات بحثهم عملياً وتحديد المقاييس النفسية رغم عرضها في خطوة أولى على السادة الخبراء (المذكورين سابقاً) وذلك للتخلص مما قد يكون من خطأ الخبراء في التقدير وما يطلق عليه اصطلاحاً (Expert Error)، حيث تم توزيع اختبار (التمايز العقلي) ومقياسي (الصحة النفسية) و(التكيف الدراسي) على (5) طالبات من المرحلة الرابعة في إحدى محاضرات علم النفس الرياضي وكانت بتاريخ 2014/2/3. ويعد من أهم أهداف هذه التجربة هو التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس الثلاثة.

فقد تم تأشير صدق المقاييس الثلاثة والتأكيد على صلاحية فقراتها من خلال عرضها على السادة الخبراء (المذكورين سابقاً). ولتحقيق ثبات المقاييس تم إجراء التجربة استطلاعية على عينة من طالبات المرحلة الرابعة المشار إليها سابقاً بلغ عددهن (10) طالبة* وأعيد تطبيق المقاييس نفسها على العينة نفسها بعد مرور أسبوع واحد فقط في يوم (2014/2/10) وتم الحصول على درجات الطالبات في التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي. وبإجراء الارتباط بين درجات المقاييس وفقاً للتطبيقين باستخدام معامل الارتباط (Pearson) وجد الباحثون إن الارتباط بلغ (0,89) و (0,91) و (0,89) على التوالي وهي على العموم درجات ثبات عالية جداً تؤكد ثبات المقاييس.

بعد ذلك وزّع الباحثون وأثناء درس علم النفس الرياضي الاستمارات الخاصة بمقاييس البحث الثلاثة على عينة من طالبات المرحلة الرابعة ليلعب عددهن (20) وقد أكدوا للطالبات على أن يكتبن أسماؤهن فقط على استمارات اختبار التمايز العقلي بينما أخبروهن أن لا يكتبن أسماؤهن على استمارات مقياسي الصحة النفسية والتكيف الدراسي وذلك لزيادة المرغوبة الاجتماعية حول المقياسين الأخيرين، أما فيما يخص كتابة أسماؤهن على اختبار التمايز العقلي فلكونه اختباراً عقلياً وكان كتابة الاسم تشجيعاً لبذل الجهد الملائم للإجابة حوله.

* الخبراء:

- | | | |
|-----------------------------|-------------------|--|
| 1. أ.د. ياسين علوان التميمي | علم النفس الرياضي | كلية التربية الرياضية / جامعة بابل |
| 2. أ.م.د. حيدر عبد الرضا | علم النفس الرياضي | كلية التربية الرياضية / جامعة بابل |
| 3. أ.م.د. هيثم حسين عبد | علم النفس الرياضي | كلية التربية الرياضية / جامعة بابل |
| 4. أ.م.د. شيماء علي خميس | علم النفس الرياضي | مديرية التربية الرياضية والفنية / جامعة بابل |
| 5. م.د. هيثم محمد كاظم | علم النفس الرياضي | كلية التربية الرياضية - جامعة بابل |

* تم إضافة نتائج التطبيق الأول لعينة البحث الرئيسة بعد التأكد من عدم وجود أية معرقلات للتجربة الاستطلاعية.

3-3 المعالجات الإحصائية:

تم استخدام عدد من الوسائل الإحصائية الملائمة لتحقيق أهداف البحث الحالية ومنها: (النسبة المئوية - الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل ارتباط بيرسون)

4- المبحث الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث.

1-4 عرض وتحليل ومناقشة التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي للطلبات:

بعد أن ورّع الباحثون اختبار التمايز العقلي ومقياسي الصحة النفسية والتكيف الدراسي على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل ظهرت النتائج كما في جدول (1):

جدول (1)

يبين متغيرات (التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي) لطلبات المرحلة الرابعة والمعلومات الإحصائية عنها

ت	المتغيرات النفسية	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	التمايز العقلي	20	12.8	0.80131
2	الصحة النفسية	20	52.05	4.41856
3	التكيف الدراسي	20	188.5	11.5388

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن الأوساط الحسابية الذي حصلت عليه الطالبات في اختبار التمايز العقلي كان (12.8) درجة وفي مقياس الصحة النفسية (52.05) درجة وفي التكيف الدراسي (188.5) درجة. أما بالنسبة للتمايز العقلي نجد أن الوسط الحسابي المؤشر والبالغ (12.8) درجة هو قريب جداً من الوسط الفرضي الذي يبلغ (12.5) درجة ورغم أن الدرجة في حدود الوسط تقريباً إلا أننا شئنا أم أبينا هي لا تمثل مستوى الطموح لطلبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل اللواتي من المفترض أن يكن متميزات في ذلك أي أن يتميزن بتمايز عقلي كبير لمسيرة الدروس النظرية والعملية في الكلية والتي تحتاج قدرات عقلية مناسبة لما يخضنه من عمل في الكلية. فضلاً عن إن الطريقة التي يتفاعل فيها الفرد مع الآخرين وبيئته تتأثر بمستوى التمايز النفسي، فالأقل تمايزاً يميل لأن يكون سلبياً في اتجاهاته وسلوكه نحو بيئته والآخرين وليس بإمكانه التصرف باستقلالية عن بيئته ويجد صعوبة بالغة في المبادرة ويميل إلى الخضوع والمسيرة والنقيد، أما الأكثر تمايزاً فله القدرة على التصرف باستقلالية عن مؤثرات بيئته ويتميز بالمبادرة وبتنظيم النشاط وتوجيهه والعمل على السيطرة على البيئة. ومن الجدير بالذكر أن قيمة الانحراف المعياري الضعيفة البالغة (0.80) تؤشر حالة التشابه الكبيرة بين الطالبات في هذه الصفة وقلة اختلافهن عن بعضهن.

وبالنسبة للصحة النفسية فقد أشر الوسط الحسابي البالغ (52.05) درجة تفوقاً لطلبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل على الوسط الفرضي الذي يبلغ (48)، مما يعني تميز الطالبات بصحة نفسية جيدة مما يعني أنهن يتميزن بالتوافق الاجتماعي و التوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والاستقرار فضلاً عن الإنتاج الملائم في حدود إمكانية الإنسان وطاقاته. بينما يؤشر الانحراف المعياري الذي ظهر معياراً لتشتت الطالبات عن

وسطهن الحسابي والذي يبلغ (4.41) تبايناً ضعيفاً وفروقاً ضئيلة بين الطالبات خصوصاً إذا علمنا أعلى درجة يمكن الوصول إليها على المقياس نظرياً هي (72).

ولو عدنا للوسط الحسابي الذي كان لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل على مقياس التكيف الدراسي وهو (188.5) درجة نجده أيضاً أعلى من الوسط الفرضي الذي يبلغ (168) ومن ثم يجسد التفوق الواضح في هذه الصفة لصالح الطالبات وهو أمر يرضي الطموح نوعاً ما بما يعطي انطباعاً عن جودة تطبيع وتكيف الطالبات مع الأجواء الجامعية والدراسية ويعد ذلك أمراً طبيعياً كون الطالبات في المرحلة الرابعة فهن على الأكثر يتميزن بكونهن يمارسن عملية متفاعلة ومستمرة (ديناميكية) شعورياً أو لا شعورياً، تهدف إلى تغيير السلوك ليصبح أكثر توافقاً مع بيئته ومع متطلبات دوافعه، وهو ما يعني أنهن قادرات على أن يعدلن مجرى سلوكهن ليجعلنه متناسباً مع هذا الظرف الجديد فما يصدر عن الفرد من ردود أفعال أمام هذا الموقف الجديد نستطيع أن نعبر عنه بمحاولة التكيف مع الظروف الجديدة. وبملاحظة بسيطة للجدول أعلاه نجد أن الانحراف المعياري للطالبات عند التكيف الدراسي هو (11.53) وهو عموماً درجة ليست عالية خصوصاً إذا علمنا أن الدرجة النظرية الأعلى هي (252) مما يؤشر أيضاً عدم وجود تلك الفروق التي يعتد بها بين الطالبات في التكيف الدراسي.

2-4 عرض وتحليل ومناقشة طبيعة العلاقة بين التمايز العقلي والصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات كلية التربية الرياضية:

للتعرف فيما إذا كانت هناك علاقة بين متغيرات البحث الحالية عند طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل قام الباحثون بتطبيق معامل ارتباط بيرسون ليتبينوا من ذلك وقد كانت النتائج كما في جدول (2):

جدول (2)

يبين علاقات الارتباط بين اليقظة العقلية والذات المهارية ودافع الانجاز

المتغيرات النفسية	التمايز العقلي	الصحة النفسية	التكيف الدراسي
التمايز العقلي	1	0.342	0.446
الصحة النفسية	0.342	1	0.669
التكيف الدراسي	0.446	0.669	1

العلاقة معنوية إذا كانت الدرجة المحسوبة أعلى من الدرجة الجدولية البالغة

(0.444) عند درجة حرية (18) وتحت مستوى دلالة (0.05)

من خلال جدول (2) يتبين وجود علاقة معنوية بين كل من التمايز العقلي والتكيف الدراسي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل حيث كانت الدرجة المحسوبة لبيرسون هي (0.441) ورغم ضعف العلاقة كدرجة مؤشرة إلا أنها على العموم أعلى من الدرجة الجدولية البالغة (0.444) عند درجة حرية (18) وتحت مستوى دلالة 0.05 وهو أمر يكاد يكون طبيعياً لأنه كلما استطاعت الطالبات أن يتميزن بالمبادرة وبتنظيم النشاط وتوجيهه والعمل على السيطرة على البيئة كلما استطنعن التغلب على الصعوبات وتكيفن مع الواقع الجديد الذي يعيشه.

ومن ملاحظتنا للجدول أعلاه نجد العلاقة المعنوية موجودة وبقوة أكبر بين متغيري الصحة النفسية والتكيف الدراسي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل حيث بلغت درجة العلاقة بينهما (0.669) وهو مؤشر واضح لتفوق الدرجة المحسوبة هذه على الدرجة الجدولية المذكورة أعلاه ونرى بأن هذا الأمر بديهي تماماً لأن التكيف يعني السلوكيات وردود الأفعال المتكررة التي تصدر عن الشخص ليحقق الانسجام المطلوب، فإذا كان التكيف حسناً وحقق الانسجام والتآلف المطلوب فإنه دليل على الصحة النفسية التي تعني التوافق الاجتماعي و التوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والاستقرار.

كما أشر الجدول (2) عدم وجود علاقة معنوية بين كل من التمايز العقلي والصحة النفسية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل حيث بلغت القيمة المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون (0.342) وهي بالتأكيد أدنى من القيمة المشار إليها سابقاً وهذا يعني بأن تمييز الامور وأشكالها والدراية بمضامينها ليس له علاقة بالتوافق مع المجتمع وعدم الشذوذ عنه وعدم مخالفته أو حتى القدرة على الحب والعمل. وبما سبق يحقق الباحثون أهداف بحثهم.

5- المبحث الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

1-5 الاستنتاجات:

من خلال عرض نتائج البحث ومناقشتها استنتج الباحثون الآتي:

- 1- كانت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل بحدود الوسط في التمايز العقلي.
- 2- تميزت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل بكل من الصحة النفسية والتكيف الدراسي.
- 3- كلما كان التمايز العقلي مرتفعاً عند طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل كلما كانت الصحة النفسية مرتفعة لديهن.
- 4- كلما كانت الصحة النفسية مرتفعة عند طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل كلما كانت الصحة النفسية مرتفعة لديهن.

2-5 التوصيات:

أوصى الباحثون استناداً لنتائج بحثهم بالآتي:

- 1- من المهم جداً الاعتناء بالقدرات العقلية وتطويرها عند طالبات التربية الرياضية وخصوصاً فيما يتعلق بالتمايز العقلي وإعداد البرامج الخاصة بذلك أو إعادة النظر بمنهاج الكلية لتطوير هذه القدرات.
- 2- من الضروري الاهتمام بالصحة النفسية لطالبات التربية الرياضية فضلاً عن التمايز العقلي لديهن، لأن كل تطور فيهما يصاحبه تطور في قدرتهن على التكيف الدراسي في الكلية الأمر الذي يساعد كثيراً على الإنتاج الأفضل.
- 3- كما يقترح الباحثون إجراء بحوث مماثلة على المتغيرات نفسها فيما يخص التعامل مع طلاب وطالبات الكلية حسب المراحل المختلفة.

4- ويقترحون استخدام متغيرات نفسية أخرى لطالبات المرحلة الرابعة التعرف على جاهزيتهن في خدمة المجتمع بعد تخرجهن.

المصادر.

- 1- احمد بدري حسين. اسباب عزوف طالبات جامعة بابل في المشاركة بالأنشطة الرياضية، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية في بابل، مج 1، ع1، 2002.
- 2- نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، ط2، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2000، ص143.
- 3- كمال دسوقي. ذخيرة علم النفس، القاهرة، الدار الدولية للنشر والتوزيع، 1988.
- 4- كامل علوان الزبيدي وسناء مجول الهزاع: بناء مقياس للصحة النفسية لطلبة الجامعة، بحث منشور، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ع22، بغداد 1997.
- 5- محمد السيد الهابط. التكيف والصحة النفسية، ط2، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 1985.
- 6- علي بخيت حسن. التمايز العقلي وعلاقته بالاستقرار النفسي والانجاز لدى لاعبي ألعاب القوى الشباب، رسالة ماجستير في كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011.
- 7- سهيلة حسين قلندر. بناء مقياس للتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، ع13، 2006.
- 8- يوسف حمه صالح مصطفى. سيكولوجية التمايز لدى المراهقين، عمان، دار دجلة للنشر، 2009.