

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -



معهد: العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: النشاط البدني الرياضي المكيف

رقم:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر اكايمي

تحت عنوان:

**أهمية النشاط البدني المكيف في تقبل الذات و زيادة
دافعية الانجاز "لدى المعاقين حركيا"**

دراسة ميدانية لفريق النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة

-مسيلة-

إشراف الدكتور:

د. زواق أحمد

إعداد الطالب:

-فايد هشام

السنة الجامعية: 2020/2019

إهداء

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على
أشرف المرسلين سيدنا محمد و علي وآله وصحبه و من
اتبعهم إلى يوم الدين.

أهدي ثمرة جهدي المتواضع
إلى الذين قال فيهما الله عز وجل:
"وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا..."
أبي... حفظه الله.

أمي... حفظها الله خاصة

إلى كل من يحمل و لو ذرة حب لله ورسوله
محمد صلى الله عليه و سلم.

شكر و عرفان

قال الله تعالى " لنن شكرتم لأزيدنكم "

الحمد لله حمدا يوافي نعمه ويكافئ مزيده، وشكره على توفيقه لنا
في إتمام العمل واقتداء برسوله الذي حثنا على الشكر كما قال

" الشكر قيد النعمة وسبب دوامها ومفتاح المزيد منها "

أسجل عظيم شكري وتقديري إلى أستاذي المشرف " د. زواق أحمد " ،

حفظه الله ورعاه الذي لم يبخل علي بإرشاداته وتوجيهاته والذي كان
معني على اتصال دائم طول مدة إنجاز هذه المذكرة ولن يتسع المقال

لمقامك وفضلك جزاك الله خيرا

ولا يفوتني كذلك أن أتوجه بالشكر إلى كل من قدم بعض النصائح و

التوجيهات في ما يخص الدراسة

وما بحوزتنا لنقول " اللهم ارزقنا شفاعتة سيدنا محمد صل الله عليه وسلم

وأوردنا حوضه واسقنا من يديه الشريقتين شربة ماء لا نظما بعدها أبدا

يارب العالمين "

وفي الأخير نسال المولى عز وجل أن يجعلنا ممن يكثر ذكره ويحفظ أمره

وان يغمر قلوبنا بحبته ويرضى عنا.

فهرس المحتويات



فهرس المحتويات

إهداء	
شكر و عرفان	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال	
فهرس المحتويات	
أ	مقدمة
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
04	1 - الإشكالية
05	2 - الفرضيات
05	3 - أهداف البحث
05	4 - أهمية الدراسة
06	5 - تحديد المصطلحات و المفاهيم
08	6 - الدراسات السابقة
الجانب النظري	
الفصل الثاني: النشاط البدني الرياضي المكيف	
14	تمهيد
15	1- مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
15	2- طرق تعديل الأنشطة الرياضية المكيفة
16	3 - تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف
18	4- أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف
23	خلاصة
الفصل الثالث: تقدير الذات	
25	تمهيد:
26	1. الذات

فهرس المحتويات

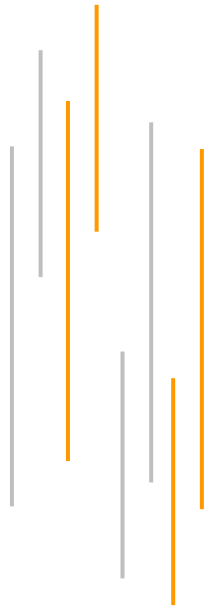
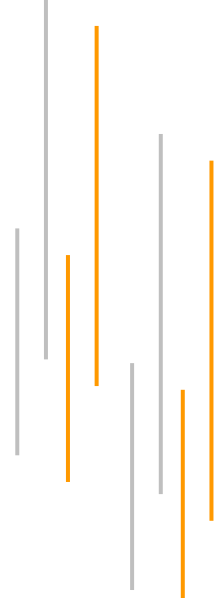
31	2. الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات
32	3. تعريف تقدير الذات
38	خلاصة
الفصل الرابع: دافعية الانجاز	
40	تمهيد:
41	1. مفهوم الدافعية
41	2- تصنيف الدوافع
42	3- الدوافع والحاجات النفسية
43	4 - مصدر الدافعية في الميدان الرياضي
43	5-ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :
44	6 - أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق)
44	7- تطور دوافع النشاط الرياضي
46	8 - أهمية الدافعية في المجال الرياضي
46	9- مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي
47	10- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي
48	خلاصة
الإطار التطبيقي	
الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة	
50	تمهيد
51	1. منهج الدراسة
51	2. مجتمع وعينة الدراسة
51	3- الدراسة الاستطلاعية
53	4. متغيرات الدراسة
53	5. مجالات الدراسة

فهرس المحتويات

53	6. الأءوات المستخدمة لجمع البيانات والمعلومات
54	7. الأسس العلمية لأءوات البحث
58	8. الأساليب الإحصائية المستخدمة
59	خلاصة
الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
61	عرض و تحليل و مناقشة النتائج
68	نتائج الدراسة
69	الاقتراحات و التوصيات
	قائمة المراجع
	الملاحق



مقدمة



إن قضية المعاق والإعاقة تلخص في الظروف الاجتماعية المختلفة المهيأة للإعاقة ، والتي تضع قيود وعقبات لا تستند إلى رؤى علمية أمام مشاركة المعاق في فعاليات الحياة الاجتماعية ، وتشير الأبحاث إلى أن مشكلات المعاق الحياتية والتوافقية لا ترجع إلى الإعاقة أو الإصابة في حد ذاتها بل تعود بالأساس إلى الطريقة التي ينظر بها المجتمع إليهم (حلمي، فرحات ، 1998، ص 120)

ومن الوسائل التربوية الحديثة والفعالة التي تهدف إلى إنشاء فرد صالح في المجتمع من خلال التنمية الشاملة لجميع جوانب شخصيته النشاط البدني الرياضي المكيف ، حيث يعتبر الدعامة الأساسية لذوي الاحتياجات الخاصة لما يحمله من أبعاد وأهداف واضحة المعالم للارتقاء بهذه الفئة من المجتمع نحو الأحسن وهذا من خلال استغلال الأنشطة الخاصة نحو الممارسة الرياضية الفعالة، إذ يعد الحجر الأساس للرفع من المقومات الأساسية للجوانب النفسية والاجتماعية والبدنية والسلوكية لجميع فئاته سواء كان في جانبه التنافسي أو التأهيلي أو الترويحي ، حيث تعطى أهمية كبيرة لهذا النشاط في الدول التي قطعت أشواطاً كبيرة في هذا الصدد ، وذلك لما يعكسه من أهداف واضحة المعالم قادرة على تغيير حياة هذه الفئة من المجتمع نحو الأفضل.

ويعتبر الجانب النفسي عند المعاق حركياً من أهم الجوانب التي أضحت الاهتمام بما يتزايد من سنة إلى أخرى هذا نظراً للتساوي الجوانب الأخرى من الناحية التقنية والتكتيكية والبدنية ، ومنه أصبح المعاق حركياً الأكثر تحضيراً نفسياً هو الفائز في الميدان، ومن هذا أصبح واجباً على المدربين أن يفهموا شخصيات لاعبيهم حتى يتسنى لهم التنبؤ بالأداء داخل الميدان، ويعتبر مفهوم الذات حجر الزاوية في فهم الشخصية، حيث يرى روجرز أن لكل فرد حقيقته التي خبرها بشكل فريد ومتميز، وينظر روجرز إلى السلوك بوصفه نتيجة للأحداث المدركة والمقدرة تواً وكما خبرها الفرد فعلاً، ونظراً لأنه لا يوجد شخص مهما حاول يستطيع أن يستوعب الإطار المرجعي الداخلي لشخص آخر، فإن الإنسان ذاته لديه أقصى الإمكانيات التقدير ذاته التقدير الجيد (عبد لفتاح دويدار، 1999، ص 291)

ويرى كارمان Karman 1966 أنه يمكن أن يلعب تقدير الذات مؤشراً أو منبهاً للكفاءات المستقبلية للفرد، فإذا كان يحمل تقديراً عالياً حول ذاته فهذا سيجعله يبرز كفاءة عالية مرتبطة بصورته

حول ذاته تمكنه من حل العقدة التي يوجهها. وهذا ما يشير إلى أن تقدير الذات يدفع الفرد إلى المزيد من العمل من أجل تحقيق نتائج إيجابية (بن عطية نصيرة، 2000، ص 1).

كما تعتبر دافعية الإنجاز ذات أهمية كبرى لأنها ليست مرتبطة بالجانب النفسي فقط، ولكن أيضا بالعديد من المجالات التطبيقية والعلمية، كالمجال الاقتصادي، والمجال الإداري والمجال الأكاديمي والمجال التربوي. ويعد الدافع للإنجاز عاملا مهما في تنويع سلوك المعاق حركيا وتنشيطه وفي إدراكه للموقف فضلا عن مساعدته في فهم وتفسير سلوك، وسلوك المحيطين به، كما يعتبر هذا الأخير مكونا أساسيا في سعي المعاق حركيا تجاه تحقيق ذاته، وتوكيدها وتقديرها، حيث يشعر الفرد بتحقيق ذاته من خلال ما ينجزه وفيما يحققه من أهداف، وفيما يسعى إليه من أسلوب حياة أفضل ومستويات أعظم.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة



1 - الإشكالية:

ينظر إلى ذوي الاحتياجات الخاصة على أنهم الأفراد الذين لديهم إعاقة في حركتهم وأنشطتهم نتيجة نقص أو خلل ما مما يؤثر على وظائفهم الحيوية ومما يؤدي إلى ظهور مشكلات نفسية واجتماعية، وإن التأثيرات التي تتركها الإعاقة على صاحبها تؤدي إلى بروز ضغوط نفسية تسبب له صعوبة في التأقلم والاندماج في المجتمع المحيط به، مما قد يغير نظرة المعاق لنفسه وللآخرين فتغلب عليه نظرة التشاؤم والحجل وفقدان الثقة بالنفس وتدفعه للعزلة والانطواء، وإن تكيف الفرد المعاق وتأقلمه مع ضغوط الحياة المعاصرة يقتضي تجاوزه لعقدة الشعور بالنقص الناجمة من فكرة أن الهئية العامة للشخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره، ومنه فقد تضافرت جهود العلماء والمفكرين في سبيل توفير برامج التأهيل التي تساعد الفرد المعاق على استرداد أقصى ما يمكن من إمكانياته في الحياة وهذا من خلال إيجاد التوافق والتوازن بين حالته البدنية والنفسية والاجتماعية عن طريق التأهيل الطبي أو المهني أو الرياضي، حي هذا الأخير (التأهيل الرياضي) أصبح دائما وأبدا دليلا لتحقيق هدف المعاق وهو التكيف والعيش بسعادة دون أي عوائق.

و اضافة إلى محور الذات فان الدوافع تعتبر ذات أهمية كبرى في الرياضة ، وما يهمنا في بحثنا هذا هو دافعية الانجاز وهي التي تشير إلى الرغبة في الاداء الجيد و تحقيق النجاح و الميل إلى وضع مستويات مرتفعة في الاداء الرياضي، والسعي نحو تحقيقها و العمل بمثابة و مواظبة.

وبناء على ما سبق وفي ضوء مفهوم الذات و الدافعية للإنجاز ، نجد اما متداخلان نضريا و يفترض على أن دافعية الإنجاز تعمل على دفع الفرد الى العمل و انجازات عالية و تقدير الذات الايجابي يدفعنا للعمل بجد و اتقان، حتى يعرف الاخر قيمة عملنا و يقدر هذه الانجازات فيرفع ذلك من تقديرنا لذاتنا.

هذا ما ادى بنا إلى طرح التساؤلات التالية:

- ✓ هل هناك علاقة بين تقدير الذات و دافعية النجاح عند المعاقين حركيا؟
- ✓ هل هناك فروق في دافعية الانجاز بين المعاقين حركيا ذوي تقدير الذات المرتفع و دوى تقدير الذات المنخفض ؟

✓ هل هناك علاقة بين مكونات مقياس تقدير الذات و دافعية الانجاز عند المعاقين حركيا ؟

2 - الفرضيات:

- ✓ هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين تقدير الذات و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا.
- ✓ هناك اختلاف في مستوى دافعية الانجاز بين المعاقين حركيا ذوى التقدير المرتفع للذات و التقدير المنخفض.
- ✓ هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين ابعاد تقدير الذات كما يقيسه المقياس و دافعية الانجاز عند المعاقين حركيا

3 - أهداف البحث :

- ✓ التعرف على تقدير الذات عند المعاق حركيا و بالتالي التنبؤ بسلوكياته في الميدان .
- ✓ اعطاء صورة للمدرب من اجل معرفة مستوى دافعية الانجاز عند المعاق حركيا انطلاقا من تقديره لذاته .
- ✓ التعرف على العلاقة بين ابعاد تقدير الذات كما يقيسه المقياس و دافعية الانجاز المعاقين حركيا.

4 - اهمية الدراسة:

- ✓ يهتم هذا البحث كل المنشغلين بالمجال الرياضي بصفة عامة و المعاقين حركيا بصفة خاصة ، سواء مدربين او لاعبين او باحثين إلى أهمية تناول متغيرات الدراسة و دورها في التنبؤ بسلوك المعاق حركيا و مردوده داخل الميدان .
- ✓ تناولها لأحدى الموضوعات المهمة في مجال علم النفس و هو تقدير الذات ، و دوره و علاقته بدافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا و ما لذلك من تأثير على صحتهم النفسية وتطوير السمات النفسية للرياضي بصفة عامة .
- ✓ تساعد نتائج هذه الدراسة على اظهار اهمية تقدير الذات و دورها في تحقيق الانجاز الرياضي، و توجيه المدربين ليتمكنوا من ممارسة دورهم بفعالية و تحقيق الافضل.
- ✓ تزيد من اهمية هذه الدراسة انما تجري في البيئة الجزائرية و بخاصة لاعبي فريق النور ولاية المسيلة ، الذين يحضون باهتمام بالغ من طرف الجمهور و متبعي هذه الرياضة.
- ✓ الاضافة العلمية في هذا المجال خاصة في البيئة الجزائرية التي تفتقر لمثل هذه الدراسات .

5 - تحديد المصطلحات و المفاهيم:

❖ مفهوم الذات :

يعرفها كمال الدسوقي على أنها ضمير خاص بالشخص، تنمو بالتدرج باحتكاكها مع المحيط الموجود فيه، والذات هي الكيان الجوهري للشخص بحيث كثيرا ما تستخدم كمرادف للشخصية، فاللفظ يؤكد على وجود شعور الفرد بكيانه فهو يحس بالفرح و الابتهاج للنجاح و يحس بالحزن و الحيبة للفشل، فلا بد من وجود ذات ترجع إليها (كمال الدسوقي، 1979، ص ص 289، 290).

تقدير الذات :

التعريف اللغوي : المفهوم اللغوي لتقدير الذات يشير إلى القيمة. وهي ترجمة للكلمة اللاتينية aestimare التي تطورت إلى المصطلح الإنجليزي estimat وتعني تقدير وتعني إعطاء قيمة لشيء ما. ثم اشتق منها كلمة estime التي تعني تقدير، ثم صارت مصطلحا مركبا self - estime وتعني تقدير الذات (André et Lelord، 1999).

تعريف اصطلاحي : وفق ما عرفه صاحب المقياس الدكتور عبدالرحمان صالح الازرق انه هو التقويم الذي يضعه الفرد عن نفسه و تتصل بخصائصه و أنماط سلوكه - الحسنة و السيئة - التي تتوافر لديه و يعتقد ها في حياته و التي تشير إلى عبارات المقياس المستخدم و عناصره المكونة له و المتمثلة في الجوانب الاتية *

الذات الجسمية و المظهر العام نضرة الشخص بالاستحسان او الرفض نحو مظهره الجسمي والمظهر العام الذات العقلية و الاكاديمية تقييم الفرد لمستواه العقلي من حيث الدكاء و القدرات العقلية

* الذات الاجتماعية و الترويجية و الاسرية تقييم الفرد لعلاقته الاجتماعية مع اسرته و زملائه و البيئة - الذات الشخصية والثقة بالنفس التقييم الذاتي للفرد نحو شخصيته و قدراته ومدى ثقته بها

التعريف الإجرائي : حسن تقدير الفرد المعاق لذاته وشعوره بمجدارته وكفاءته داخل الملعب

❖ **الدافعية :** هي مجموعة من القوى الدافعة في داخل الشخصية الإنسانية تعمل على ديمومة

النشاط الإنساني، وتدفع الفرد باتجاه تحقيق أهداف معينة (عبدالغفور يونس، 1961).

دافعية الانجاز:

التعريف اللغوي: يشار إلى مفهوم الدافع في اللغة اللاتينية بكلمة " movere " ويشار إلى مفهوم الدافعية في اللغة الإنجليزية بكلمة " motive " ويعني يحرك، وهو عبارة عن أي شيء مادي أو مثالي يعمل على تحفيز وتوجيه الأداء والتصرفات. أي أن كلمة دافع مأخوذة من الفعل الثلاثي: دفع أي حرك الشيء من مكانه إلى مكان آخر وفي اتجاه معين (مُحَمَّد محمود بن يونس 2007، 14).

تعريف اصطلاحى: استعداد الفرد لتحمل المسؤولية و السعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة المثابرة للتغلب العقبات و المشكلات التي تواجهه ، و الشعور بأهمية الزمن و التخطيط للمستقبل (خليفة، 2000). وفي بحثنا هذا تتكون دافعية الانجاز من 105 بعاد و هي: - الطموح - المثابرة - الاداء - ادراك أهمية الزمن و روعة التنافس

التعريف الإجرائي: و هو التقييم الذي يضعه المعاق حركيا من خلال اجابته على عبارات مقياس دافعية الانجاز .

❖ النشاط البدني الرياضي المكيف :

هو مجموعة الرياضات وبالألعاب التي يتم فيها التغيير لدرجة يستطيع المريض غير القادر الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية ،ومعنى ذلك هي البرامج الارتقائية والوقائية المتعددة ،والتي تشمل الأنشطة الرياضية والألعاب ، والتي يتم تعديلها بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها، ويتم ذلك تبعا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود إمكانياتهم وقدراتهم . (حلمي إبراهيم، 1998، ص48)

• تعريف إجرائي :

من خلال بحثنا هذا فالنشاط البدني الرياضي المكيف هو نشاط يتم تعديله حسب قدرات المعاق حركيا ونسعى به إلى تطوير وتنمية بعض السمات الشخصية للمعاق حركيا

❖ الإعاقَة الحركية:

أ. التعريف الاصطلاحي:

عرفها الروسان بأنها حالات الأشخاص الذين يعانون من إشكال معنٍ في قدرتهم الحركية بحيث يؤثر ذلك على نموهم الانفعالي والعقلي والاجتماعي. (عصام حمدي الصفدي ، ، 2007ص125)

ب. التعريف الإجرائي:

هي عبارة عن خلل أو عجز في القدرة الحركية أو النشاط الحركي في إحدى أطراف الجسم أو أعضاءه

6 - الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى:

دراسة الأعسر قشقوش و سلامة (1983) العلاقة بين دافعية الإنجاز و عدد من المتغيرات العقلية و النفسية و الاجتماعية (مفهوم الذات) .

حيث قام كل من صفاء الأعسر و إبراهيم قشقوش مُجد سلامة بدراسة واسعة على عدة مراحل تضمنت المرحلة الثانية من مشروعهم دراسة العلاقة بين دافعية الإنجاز و عدد كبير من المتغيرات العقلية و النفسية و الاجتماعية .

- العينة: تألفت العينة من 106 طالبة من طالبات جامعة قطر من مختلف الكليات.

- أدوات الدراسة : أستخدم في الدراسة.

- مقياس دافعية الإنجاز و مقياس مفهوم الذات.

- اختبار الاستدلال اللغوي ، مقياس وجهة الضبط ، مقياس القيم ، مقياس الحاجات و استبيان أساليب المعاملة الوالدية ، مقياس التوافق الأسري ، و مقياس التوافق في البيئة الجامعية وأستخدم في هذه الدراسة التحليل الارتباطي لدراسة العلاقة بين دافعية الإنجاز و باقي متغيرات البحث . - النتائج : اتضح من النتائج أن الدرجة الكلية لدافعية الإنجاز لا ترتبط بأي من المتغيرات الشخصية أو الاجتماعية

، كما أسفرت نتائج الدراسة أيضا عن عدم وجود ارتباط دال إحصائي بين الدرجة الكلية لدافعية الإنجاز و التحصيل الأكاديمي.

الدراسة الثانية

دراسة" الديق" 1991 دراسة حول العلاقة بين تقدير الذات و مركز التحكم و الإنجاز الأكاديمي في ضوء حجم الأسرة و ترتيب الطفل في الميلاد .

تهدف هذه الدراسة إلى توضيح العلاقة بين كل من تقدير الذات و مركز التحكم و الدافع للإنجاز الأكاديمي . - العينة : شملت عينة البحث الكلية عدد 215 طفلا و طفلة (133 ذكور ، 82 إناث) من الصف السادس الابتدائي بمنطقة صور بسلطنة عمان .

أدوات الدراسة :

- مقياس مركز الضبط للأطفال ما قبل المدرسة و المدرسة الابتدائية .

- مقياس تقدير الذات لحسين الرديني و مُجد سلامة و مُجد سلامة 1984 . - النتائج : من نتائج هذه الدراسة وجود علاقة قوية بين ضعف تقدير الذات و ضعف الدافعية التي تؤدي إلى الفشل ، و علاقة قوية بين ارتفاع تقدير الذات و ارتفاع الدافعية التي تؤدي للنجاح الأكاديمي . كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في تقدير الذات لصالح الإناث (الفحل ، 2009 ، ص 87). 3- دراسة أبو صيري 1995 حول تقدير الذات و دافعية الإنجاز كمحددات الأساليب الطلاب في الدراسة

العينة : شملت عينة الدراسة 135 طالبا .

النتائج : أشارت نتائج هذه الدراسة أن تقدير الطلاب لذواتهم و دافعتهم للإنجاز له تأثير على مناهجهم و أسلوبهم في الدراسة و في مستويات حياتهم العملية .

الدراسة الثالثة

دراسة محمد حسن المطوع (1996) البحرين : عنوان التوازن النفسي لطلاب وطالبات المرحلتين الإعدادية و الثانوية و علاقتها بالدافع للإنجاز ، و الاتجاه نحو الاختبارات ، و تقدير الذات بدولة البحرين .

أهداف الدراسة : هدفت الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين التوازن النفسي و بعض المظاهر مثل الدافعية للإنجاز، و الاتجاه نحو الاختبارات ، و تقدير الطلاب لذواتهم في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية الجنس و المرحلة التعليمية ، الصف الدراسي و المستوى الاقتصادي و الاجتماعي و العمر الزمني و ترتيب الطالب في الأسرة .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من 107 طالب من المرحلتين الإعدادية و الثانوية (50 ذكور و 57 إناث) .

أدوات الدراسة : لجمع المعلومات استخدام الباحث أربع أدوات هي :

- مقياس التوازن النفسي .

- مقياس الاتجاه نحو الاختبارات .

- مقياس الدافعية للإنجاز .

- مقياس تقدير الذات .

كما استخدم بعض الأساليب الإحصائية منها : معامل الارتباط "بيرسون " و ذلك لتحديد مدى العلاقة بين التوازن النفسي و بعض المظاهر مثل الدافعية للإنجاز ، و الاتجاه نحو الاختبارات، و تقدير الطلاب لذواتهم و كذلك أسلوب تحليل التباين الأحادي لاختبار دلالات الفروق بين المتغيرات الديموغرافية .

نتائج الدراسة : من أهم نتائج الدراسة :

- وجود ارتباط موجب دال ما بين تقدير الذات ، و الاتجاه نحو الاختبارات لعينة الدراسة الإجمالية عند مستوى ثقة (0.05).

كما يوجد ارتباط موجب دال ما بين تقدير الذات و الدافع للإنجاز لعينة الدراسة الإجمالية عند مستوى ثقة (0.05).

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين في كل من متغير التوازن النفسي ، الدافع للإنجاز و تقدير الذات و الاتجاه نحو الاختبارات.

الدراسة الرابعة

دراسة حمد بليه حمد العجمي ديسمبر 1997م. تقدير الذات ودافع الإنجاز لدى الطلبة المتفوقين عقليا والعاديين في المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

مقارنة بين طلبة نظام المقررات وطلبة نظام الفصلين الهدف إظهار أثر النظامين (نظام المقررات ونظام الفصلين في التعليم الثانوي بدولة الكويت في تقدير الذات والدافع للإنجاز عند الطلاب. وكذلك إظهار الفروق بين المتفوقين عقليا والعاديين في العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والدافع للإنجاز لدى طلبة نظام المقررات ونظام الفصلين. والمشكلة محاولة إظهار دور النظامين التعليميين في رفع مستويات تقدير الذات والدافع للإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية من المتفوقين عقليا والعاديين. - العينة: 250 طالب: 117 طالب في نظام المقررات (53 طالب متفوق ، 64 عادي) ، 133 طالب في نظام الفصلين (65 متفوق عقليا، 68 طالب عادي).

الأدوات: الدرجات التحصيلية لطلاب نظام الفصلين، والمعدل التراكمي لنظام المقررات.

- اختبار الذكاء اللغوي، إعداد كمال مرسي.

- اختبار المترتبات، عبد السلام عبد القادر .

- اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين، إعداد عادل عبد الله محمد. اختبار الدافع للإنجاز للراشدين والأطفال، إعداد فاروق عبد الفتاح مرسي.

النتائج : توجد فروق لها دلالة احصائية في متغير تقدير الذات لصالح نظام المقررات.

- توجد فروق لها دلالة احصائية في متغير تقدير الذات بين المتفوقين والعاديين لصالح المتفوقين عقليا.

-توجد فروق لها دلالة إحصائية في متغير الدافع للإنجاز بين المتفوقين والعاديين لصالح المتفوقين عقليا.

-لا يوجد فرق بين قيم الارتباط عند مقارنة معاملات الارتباط بين تقدير الذات والدافع للإنجاز لدى

النظامين.

الجانب النظري



الفصل الثاني: النشاط البدني الراضى المكيف



تمهيد:

يعد النشاط البدني المكيف من الوسائل التربوية الفاعلة لتنمية الفرد المعاق في جميع النواحي النفسية والبدنية والاجتماعية وتحسين العلاقة مع الأفراد الآخرين والاتصال بهم، وهو نشاط يخضع تقريبا لنفس القوانين مع الأنشطة الرياضية عند العاديين في شكله العام مع مراعاة بعض خصوصيات المعاقين. ويعمل على إعادة أكبر عدد ممكن من المعاقين من ذوي الإمكانات المحدودة والى ميادين الإنتاج والتفاعل مع المجتمع ويهدف أيضا إلى رد الاعتبار المادي والمعنوي إلى الشخص المعاق وتمكينه من الاستفادة من طاقته المتبقية ومواصلة نشاطه كفرد يبحث عن إشباع حاجاته ورغباته وسنتطرق في هذا الفصل إلى التعريف بالنشاط المكيف وغاياته المنتظرة من ممارستها وأسسها وتصنيفها.

1- مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان واستخدامهم المصطلح الواحد معان مختلفة فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحدا أي أنا أنشطة رياضية وحركية تفيد الأفراد المصابين نذكر من هذه التعاريف:

- تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات: يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم .

- أما تعريف ستور (Stor): نعني به كل الحركات والتمرينات و كل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية ، النفسية والعقلية وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى. (إبراهيم وفرحات، 1998 : 223)

2- طرق تعديل الأنشطة الرياضية المكيفة:

1 - 2 - التعديل في النواحي القانونية

هناك قوانين تحكم كل نشاط رياضي و تنظيم ممارسته يمكن لك كمدرب أو مدرس أن تقوم أثناء التدريب بتعطيل بعض النواحي القانونية مثلا: يمكن إلغاء قاعدة التسلل في كرة القدم.

2 - 2 - التعديل في عدد اللاعبين:

كل نشاط رياضي له عدد معين من اللاعبين في مباراتهم

- كرة السلة مثلا يمكن أن تزيد عدد اللاعبين

- يمكن مثلا كرة القدم أن نقل عدد اللاعبين

3 - 2 - التعديل في الأداء المهاري للحركة:

كل مهارة حركية في أي نشاط رياضي طرق فنية في الأداء وعند عملية التعليم لا بد أن نطبق هذه الطرق الفنية وكذلك مع التلاميذ أو اللاعبين ذوي الاحتياجات الخاصة (الإعاقة الحركية) ويمكن الاستغناء عن بعض الحركات على سبيل المثال: يمكن ممارسة الوثب الطويل من الثبات بدلا من الحركة . في كرة السلة يمكن الاستغناء عن مهارة تنطيط الكرة للاعب الكرسي المتحرك " . (عبد الرحمان، 2005 : 12)

4 - 2 - التعديل في الأدوات:

لكل نشاط رياضي أدوات نستخدمها أثناء الممارسة فمثلا:

- استخدام كرسي كبير ثابت أثناء دفع الجلة لحالات بتر الطرف السفلي.
- تصغير مساحة الملعب أو تكبيره حسب الحاجة إلى ذلك.
- استخدام أجهزة خاصة للرقود على الظهر في رياضة رفع الأثقال لتناسب مثلا حالات الشلل وموتى الأطراف . (الحوالي، 1980 : 134)

3 - تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف :

لقد تعددت الأنشطة الرياضية و تنوعت أشكالها فمنها التربوية والتنافسية، ومنها العلاجية والترويحية أو الفردية والجماعية، على أية حال فإننا سنتعرض إلى أهم التقسيمات، فقد قسمه احد الباحثين إلى :

1 - 3 - النشاط الرياضي الترويحي:

هو نشاط يقوم به الفرد من تلقائي نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل أو أثناء أو بعد الممارسة وتلبية حاجاته النفسية والاجتماعية وهي سمات في حاجة كبيرة إلى تنميتها و تعزيزها للمعاقين .

يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية.

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث انه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة على تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي. " إبراهيم رحمة، 1998 : 09

برى رملي عباس إن النشاط البدني الرياضي يخدم عدة وظائف نافعة، إذ أن النشاط العضلي الحر يمنح الأطفال إشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس والخلق والابتكار والإحساس بالثقة والقدرة على الانجاز وتمد الأغلبية بالترويح الهادف بدنيا وعقليا ... والغرض الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من اجل لياقة مقبولة وشعور بالسعادة والرفاهية". (رملي وشحاتة، 1991 : 79)

2 - 3 - النشاط الرياضي العلاجي:

عرفت الجمعية الأهلية للترويح العلاجي بأنه خدمة خاصة داخل المحال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك و لتنشيط ونمو الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء .

فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية والمعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية و بالتالي استعادة الثقة بالنفس وتقبل الآخرين له ويجعلهم أكثر سعادة وتعاوناً ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل.

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات والمصحات العمومية والخاصة وفي مراكز إعادة التأهيل والمراكز الطبية البيداغوجية وخاصة في الدول المتقدمة ويراعي في ذلك الشخص المعوق تحكم في الحركة واستخدام عضلات أو أطراف مقصودة.

3 - 3 - النشاط الرياضي التنافسي:

ويسمى أيضا بالرياضة النخبوية أو رياضة المستويات العالية هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبيا هدفه الأساسي الارتقاء بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية واسترجاع أقصى حد ممكن للوظائف والعضلات المختلفة للجسم ". مروان عبد المجيد، 1997 : 122)

4- أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف :

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام 1978 بان حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى و مع مرور الوقت بدأت المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق الخواص وقد اجتمع العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا والنفوس والاجتماع بان الأنشطة الرياضية والترويحية هامة عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا اجتماعيا نفسيا تربويا اقتصاديا وسياسيا.

1 - 4 - الأهمية البيولوجية:

إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي أو الشخص الخاص برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة. " مروان عبد المجيد، 1997 : 122)

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة ونحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية.

2 - 4 - الأهمية الاجتماعية:

إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق (أو الانطواء) على الذات ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد.

ويجعلها أكثر إخوة وتماسكا ويبدو هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي. فقد بين بلن Veblen في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن التاسع بأوريا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر ستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر هوا و إسرافا

وقد استعرض كو كيلبي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة والترويح فيما يلي: الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة التعود على القيادة التبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي. (حلمي وفرحات، 1998 : 130)

3 - 4 - الأهمية النفسية:

بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، ومع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على أنها الدافع الأساسي للسلوك البشري، وقد أثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك أن هذا الأخير قابل للتغير، تحت ظروف معينة إذ أن هناك أطفالا لا يلعبون في حالات معينة عند مرضهم عضويا أو عقليا، وقد اتجه الجيل الثاني إلى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني وفرقوا بين الدافع والغريزة بأن هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن

هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيجموند فرويد)، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح أنها تؤكد مبدئين هامين:

- السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب.

- أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر.

أما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس: اللمس الشم - الذوق - النظر - السمع في التنمية البشرية. وتبرز أهمية الترويح في هذه النظرية في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع إذ وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق والشم، لذلك فإن الخبرة الرياضية والترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية.

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية، كالحاجة إلى الأمن والسلامة، وإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات وإثباتها، والمقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء، ومما لاشك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل محالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله **حزام مُجَد، 1978 : 20**

4 - 4 - الأهمية الاقتصادية:

لاشك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعدادة النفسي والبدني وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، وإن الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكويننا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميته ويحسن نوعيتها، لقد بين - فرنارد - في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15% في الأسبوع. (**مُجَد نجيب، 1967**)

5 - 4 - الأهمية التربوية:

بالرغم من أن الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد أجمع العلماء على أن هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

✓ **تعلم مهارات و سلوك جديدين :** هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة

الرياضية على سبيل المثال مداعبة الكرة كتنشيط ترويجي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة المكتوبة مستقبلا.

✓ **تقوية الذاكرة:** هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والترويجي يكون لها أثر

فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في ألعاب تمثيلية فإن حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي تتردد أثناء الإلقاء تجد مكانا في مخازن المخ ويتم استرجاع المعلومة من مخازنها في المخ عند الحاجة إليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مسار الحياة العادية.

✓ **تعلم حقائق المعلومات :** هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها، مثلا

المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، وإذا اشتمل البرنامج الترويجي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة إلى الإسكندرية فإن المعلومة تتعلم هنا في الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

✓ **اكتساب القيم:** إن اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويج يساعد الشخص

على اكتساب قيود جديدة إيجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية.

6 - 4 - الأهمية العلاجية .:

يرى بعض المختصين في الصحة العقلية ، أن الرياضة الترويج يكاد يكون المحال الوحيد الذي تتم فيه عملية التوازن النفسي حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويج : تلفزيون موسيقي، سينما، رياضة، سياحة شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة و قادرا على الخلق و الإبداع.

وقد تعيد الألعاب الرياضية و الحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات العصبية ومن العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة والبيئة الخضراء.

أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكدين على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية. " (مُجَّد عادل وآخرون، 1965 : 56-57).

خلاصة :

إن النشاطات البدنية والرياضية الموجهة للمعاقين التي تكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة هي نشاطات عموما مستمدة من النشاطات البدنية والرياضية التي يمارسها الأفراد العاديين ومنها النشاطات الفردية والجماعية لكنها تكيف حسب نوع الإعاقة و طبيعة الفرد المعاق من حيث الوسائل المستعملة والقوانين وعدد اللاعبين و مقاييس الملعب والوسائل المساعدة للفرد المعاق لممارسته.

وتعد هذه الجوانب لها أهمية حسب الحالة في اضطراب التوحد وما يلاحظ أن الجوانب الترويحي و التنافسي في هذه النشاطات لا يهتم بها كثيرا في بلادنا بالرغم من أنه يعد من الجوانب الأكثر أهمية نظرا لطبيعة الفرد المعاق والتي تساهم في توازنه النفسي الحركي وتعمل على إخراجهم من العزلة وادماجه للتواصل مع المجتمع.

الفصل الثالث: تقدير الذات



تمهيد:

إن مفهوم الذات هو عامل جوهري وأساسي في التحكم بالسلوك البشري، والانفعالات المختلفة للفرد، فهو قوة دافعة لتنظيم وضبط وتوجيه السلوك. وهو تعبير عن الحالة الانفعالية والمزاجية للفرد إذ يحدد الاستجابات الذاتية في مواقف الحياة المختلفة. كما أنه يعطي التفسيرات لاستجابات الآخرين وذلك يحدد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين من جهة، ومن جهة أخرى فهو يؤثر بشكل أو بآخر في تحديد أسلوب تعامل الآخرين معه، ومنه فما هو تعريف الذات، وما هي أهم الأبعاد الذات، وما الفرق بين الذات وتقدير الذات.

1. الذات

1 1 - تعريف الذات:

يرى "كولي (1902) *cooley*": بأنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد وهو الذي جاء بمفهوم "الذات المرآة" ويوضح إن مفهوم الفرد لذاته يتوقف على إدراكه لردود فعل الآخرين له. (شعيب علي محمود، 1988، ص 135)

حيث ينظر "كمال دسوقي" (1979): إلى الذات بوصفها الكيان الجوهرى والخاص الجزئى لشخص واحد، وقد تستخدم مرادف للشخصية، فلفظ الذات يؤكد شعور الفرد بكيئوته. (أبو بكر مرسى، 2002، ص 53)

ويرى "مصطفى فهمى" (1970): الذات على أنها المجموعة الكلية للأفكار واتجاهات الفرد وأنها تتضمن كل الخبرات التي تكون إدراك الشخص وإحساسه بوجوده. (مصطفى فهمى، 1970، ص 167)

ويعرف "james": الذات على أنها كل ما يمكن تسميته "خاصته" فالذات ضمن الأشياء الأخرى نسق للأفكار والاتجاهات والقيم والأحكام فهي البيئة الذاتية الكلية للشخص. (إبراهيم أحمد أبو زيد، 1987، ص 92)

نستنتج مما سبق ذكره أن مفهوم الذات عبارة عن مجموعة من التصورات والأفكار التي بينها الفرد عن ذاته، والخاصية التي يتميز بها والتي تكون حوصلة عملية التفاعل الفرد مع محيطه.

1 2 - أبعاد الذات:

وتشمل مجموعة من الأبعاد وهي: لمفهوم الذات مجموعة من الأبعاد والتي يحددها " *stains*" (1954) في سبعة أبعاد:



الشكل رقم (01): يوضح أبعاد مفهوم الذات حسب *stains*

1 3 - نظريات مفهوم الذات:

يعد مفهوم الذات في علم النفس ذو أهمية كبيرة والنواة الأساسية فيه. فقدن الاهتمام الكثير من المنظرين الأوائل. وقد تعددت النظريات التي تناولت مفهوم الذات، وفيما يلي عرض لأهم النظريات.

نظرية "ليكي": في اتساق الذات، لقد طور "ليكي" بطريقته الخاصة، مفهوم أمؤداه أن الشخصي يجب أن يحدد لذاته طبيعة هذا الحل الذي هو ذاته نفسها، فالشخصية عند "ليكي" هو التصور الذهني المركزي الموحد في علم النفس، وجميع الظواهرات السيكولوجية تعبر تعبيراً عن شخصية موحدة وجميع نشاطات الإنسان تخدم الهدف الأسمى للشخصية وهو الحفاظ على اتساق الذات. والسلوك محاولة من جانب الشخص للحفاظ على ثبات ووحدة هذه القيم في بيئته غير مستقرة، وأن "ليكي" متفائل بالنسبة للإنسان وقدرته على تنمية شخصية صحيحة تتسم باتساق الذات. (شحاتة سليمان، 2005، ص 38).

1 3 4 - **نظرية الذات عند "كارل روجرز":** ذلك التنظيم العقلي المعرفي والمفاهيم ككل، وأكد روجرز على أهمية توافر المناخ النفسي المشبع بالحب والتقبل والروية مما يساعد الفرد على النمو النفسي والصحة النفسية.

ويعتبر روجرز الذات كجزء متميز من المجال الظاهري، تتكون من المدركات الشعورية والقيم المتعلقة به "أنا" ويتضمن مفهوم الذات الصورة الرئيسية المتعلقة بـ "أكون أنا" كمدرس أو طالب، أو كشخص له تاريخ معين ومجموعة من المصالح والأهداف. (عبد الفتاح دويدار، 1999، ص 319).

الذات وهي أهم مكونات الشخصية عند روجرز والذات عنده هي جزء متميز من المجال الظاهري وتتكون سلسلة من المدركات والقيم عن "أنا" و"نفسى"، والذات هي النواة التي يقام حولها بناء الشخصية، لذات تنشأ من تفاعل الكائن العضوي مع البيئة وخلال نموها تميل إلى التكامل أو الانتماء إلى بعض القيم وتشويهه أو تخريب بعض القيم الأخرى، وتسعى الذات إلى الاحتفاظ بالاتساق في سلوك الكائن والتوازن بينه وبين اتساقها هي نفسها، فالخبرات التي تتسق مع تصور الذات لنفسها تتكامل معها بينما تلك التي تتسق تعتبر تهديدات وأخطار، والذات في صيرورة مستمرة فهي تنمو وتتغير نتيجة التفاعل المستمر مع المجال الظاهري. (يوسف مصطفى القاضي 1981 ص 231، 232).

ويرى روجرز: الذات هي كينونة الفرد أو الشخص وتنمو الذات وتنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي، وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة.

وتشمل الذات المدركة، الذات الاجتماعية، والذات المثالية، وقد، وتسعى إلى التوافق والالتزان والثبات، وتنمو نتيجة للنضج والتعلم، وتصبح المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات. (حامد عبد السلام زهران، 1980، ص 82).

نظرية الذات عند "سينج وكومبز": ويرون بأنه ينقسم المجال الظاهري عند "سينج وكومبز" إلى قسمين فرعيين: الذات الظاهرية: والتي تتضمن كل الأجزاء في المجال الظاهري التي يخبرها الفرد كجزء أو خاصية لذاته، ومفهوم الذات الذي يتكون من أجزاء للمجال الظاهري التي تتميز عن طريق الفرد كخصائص محددة وثابتة لذاته، وفي ضوء ذلك فإن المجال الظاهري هو الذي يحدد السلوك، ومن هذا المجال الظاهري تتحدد الذات الظاهرية، وفي النهاية يتميز مفهوم الذات على أنه الجانب الأكثر أهمية والأكثر تحديد لمجال الظاهري، وللذات الظاهرية في تحديد الكيفية التي يتصرف بها الفرد. (دويدار عبد الفتاح، 1992، ص 38).

1 3 2 - نظرية "جيلفورد" و"ميرفيلد": إن مفهوم الذات نظرياً من نسق لبناء العقلي الذي وضعه "جيلفورد" وفي هذا النسق يصنف "جيلفورد" القدرات العقلية المختلفة وفق ثلاثة أبعاد أساسية، هي العملية والمضمون، والإنتاج، وحيث توجد في كل فئة أنواع مختلفة سواء من العمليات أو مضامين الإنتاج وأية قدرة أو استعداد عقلي عبارة عن مكون ثلاثي الأبعاد على الأقل إذا يتضمن بالضرورة مضموناً معيناً وعملية معينة وإنتاجاً معيناً، وفي مجال مفهوم الذات يمكننا أن نجد أربعة عمليات أساسية تعمل في مضمون التفكير وهي العمليات التي يتشكل مفهوم الذات من نشاطها والتي تصنف في مجال هذا المفهوم وهي: التذكر والتقييم، والتحويل، والتوليد أو الإنتاج وتعمل هذه العمليات أو الميكانيزمات في مجالات أخرى للمضمون، بالإضافة إلى مجال الذات مثل مجال المعاني والأشكال.

1 3 3 - نظرية "أدلر": تمثل الذات عند "أدلر" تنظيمًا يحدد للفرد شخصيته ويرى كذلك أن الذات المبتكرة هي حجر الزاوية في بناء وتنظيم الشخصية، وهي تشغل مكاناً متوسطاً بين المثبرات والاستجابات بالنسبة لهذه المثبرات التي تصدر عن الفرد أي تحدد علاقته بالعالم الخارجي. (عبد الفتاح دويدار، 1992، ص 32).

1 3 4 - نظرية "جورد البورت": قسم سمات الشخصية إلى قسمين هما:

- سمة رئيسية: غالباً ما تطبع سلوكه عموماً، أي سمات مشتركة وأخرى فريدة تميز عن غيره .

- سمة مركزية: تؤثر على كل سلوك يصدر عن الفرد ويعتقد انه بإمكانه وصف الشخصية بعدد من السمات المركزية . (صالح حسن الداھري، 2005، ص 105).

1 3 5 - نظرية "بونج": يقول بان الشخص يسعى إلى تحقيق الذات والى التكامل بوجود عملية تتجاوز الغرائز كما ذكر " فرويد" فالفرد يركز على الخبرات المدركة لديه وعلى ذاته أكثر من تحقيق الحاجات البيولوجية والغرائز الجنسية. (عبد الفتاح مُجّد دوايدر، 1999، ص 31).

1 3 6 - نظرية "سيغموند فرويد": افترض فرويد أن الجهاز النفسي يتكون من الأنا هو والأنا الأعلى، أما هو: فهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية التي تسعى إلى الإشباع في أي صورة وبأي ثمن.

الأنا الأعلى: هو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير الاجتماعية والقيم الدينية، ويعتبر بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسي، أما الأنا فهو مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي والداخلي والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإرادة والمتكفل بالدفاع عن الشخصية وتوافقها وحل الصراع بين مطالب هو والانا الأعلى والواقع. (حامد عبد السلام زهران، 1980، ص 11).

نستنتج من خلال ما سبق أنه توجد نظريات كثيرة تناولت مفهوم الذات فكل نظرية تفسر مفهوم الذات حسب منظورها، فنظرية "ليكي" ترى أن الهدف الأسمى للشخصية هو الحفاظ على الاتساق الذات أما نظرية "كارل روجرز" فترى أن الذات جزء متميز من المجال الظاهري، كما أن الذات تعمل

على الحفاظ على الاتساق الداخلي وتصبح مركز الذي ينظم الخبرات، ويرى "سينج" "وكومبز" المجال الظاهري لذات هو الذي يحدد السلوك، أما نظرية "جيلفورد" وميرفيلد " ترى ان الذات تتكون من نسق عقلي، ويرى ادلر أن ذات تحدد العلاقة بالعالم الخارجي، أما نظرية "جورد" فترى ان سمات الذات تتسم بسمة مركزية وأخرى رئيسية، ونظرية "بونج" ترى أن الشخص يستطيع بناء ذاته عند تجاوز غرائزه وأما نظرية "سيغموند" فترى أن الذات تتكون من الأنا والانا الأعلى والهو، وأنها منبع الطاقة الحيوية

2. الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات:

يكمن الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات وهي:

- أن الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، بينما تقدير الذات هو تقييم لهذه الصفات، فمفهوم الذات يتضمن فهما، موضوعيا ومعرفيا للذات، بينما تقدير الذات فهو فهم انفعالي للذات يعكس ثقة النفس. (عبد الحفيظ معوشة، 2008، ص 6).
- يشير مفهوم الذات إلى المكون المعرفي للذات الذي يتكون من ادراكات الشخص عن نفسه كموضوع (ما الذي أبدوا عليه حقيقة)، بينما يشير تقدير الذات إلى الأحكام الوجدانية التي تنشأ من المقارنات الشخصية، وهكذا يعد مفهوم الذات مفهومًا تقويمياً يمكن قياسه كميًا ب (مرتفع - ايجابي - سلبي).

الجدول رقم (02): يمكن تلخيص الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات في هذا الجدول

مفهوم الذات	مفهوم تقدير الذات
- عبارة عن معلومات لصفات الذات	- تقييم لهذه الصفات
- يتضمن فهما موضوعيا ومعرفيا لذات	- فهم انفعالي لذات

3. تعريف تقدير الذات:

3 4 - تعريف تقدير الذات:

تعريف "صفوت فرج" لتقدير الذات على انه تقييم الفرد لذاته في سعي منه نحو التمسك بهذا التقييم بما يتضمنه من ايجابيا تتعده لاحترام ذاته، مقارنة نفسه بالآخرين وبما يتضمنه هذا التقييم أيضا من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين في الوقت الذي يسعى للتخلص منها. (صفوت فرج، 1998، ص 23) ويرى عبد الوهاب كامل (1993): أن تقدير الذات يتمخص عن وعيه ورؤية سليمة موضوعية للذات فقد يع إلى الفرد في تقديمه لذاته، أو أن الفرد قد يعطي نفسه حقها ويحط من قدرها وبالتالي ينحدر بذاته نحو الدونية والإحساس بالنقص، كما يذكر أن التقدير الذات هو تقييم مؤثر من الفرد لمجموع خصائصه العقلية والجسمية. (عبد الوهاب كامل، 1993، ص 173، 174)

أما "إبراهيم زيد" فيعرف تقدير الذات بقوله: عندما تتكلم عن تقدير الذات فإننا نرجع للحكم الشخصي للفرد إلى الاستحقاق أو عدم الاستحقاق الذي يتم التعبير عنه في الاتجاهات التي يحملها. (إبراهيم أبو زيد، 1987، ص 48).

ويشير "كوبر سميث" "cooper smith" إلى تقدير الذات بأنه تقييم الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية أو سلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر، وهام، وناجح، وكفاء، أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على كفاءته الشخصية، كما يعبر عن اتجاهات الفرد ونفسه ومعتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة الذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب المختلفة. (عادل عبد الله مُجَد، 2000، ص 60).

كما يعبر "روزنبرج" t. rosenberg " أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسها أي أنه عبارة عن التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض. (علاء الدين كفاي، 1989، ص 103)

فضلا عن هذا يعتبر "مُجَد جمال": أن تقدير الذات يتمثل في الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه بخصوص قيمته ووضعه الشخصي، وذلك على ضوء الانطباعات والاستنتاجات التي تتكون من خلال

مرجعته لذاته وتفحصه لوضعيته وقدراته، وإمكاناته ونشاطاته وإنجازاته ومدى تمكنه من إشباع حاجاته وقدراته على مواجهته متطلبات حياته. (جمال يحياوي، 2003، ص 584)

نستنتج مما سبق إن تقدير الذات هو إدراك الفرد لقيمته الذاتية، وهو أساس إنجازاته المستقبلية، بل إن قيمة الذات مهمة لوجود الفرد وبقائه.

3 2 - أهمية تقدير الذات:

يشير العديد من الباحثين في علم النفس إلى أهمية تقدير الذات في حياة الفرد، فقد أشار "أبستاين" *Abstain* " أن هدف الفرد هو تحقيق التوازن في الحياة حيث يحتفظ لنفسه بتقديره لها إرضاء عنها. (سيد غنيم، 1987، ص 11)

ويرى "سينج" و"كوفر" *sing and Gonz* " أن الحاجة إلى التقدير الذات تدفع الإنسان إلى السعي الدائم من أجل إحراز المكانة والقيمة الاجتماعية. (إبراهيم أبو زيد، 1987، ص 8).

كما أن تقدير الذات هو أحد متغيرات الشخصية والتي تمثل الوقاية أو الحصانة في مواجهة الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، إن إدراك الفرد لقيمته الذاتية هو أساس كل إنجازاته ألاحقة بل أنها أساس وجود وبقاء الفرد ذاته، ويتحدد على أساس صمود الفرد ومقاومته وعمله حتى تحت الضغوط ويؤثر في تقديرها ومواجهتها.

(عماد محييم، 1995، ص 33، 36).

ومنه نستنتج أن أهمية تقدير الذات تساعدنا على معرفة الفرد لقيمته الذاتية وكذا إدراكه بأنه إنسان فاشل أم ناجح لكي يستطيع تحقيق أهدافه المستقبلية، وكذا أن يعرف أنه شخص فعالا في المجتمع أملا، ومعرفة اتجاهه سلبيا م إيجابي نحو ذاته .

3 3 - أبعاد تقدير الذات:

وقد وضع "شافيلسون" وزملائه *shavelson* "تصورا هرميا لتقدير الذات، يبدأ بتقدير الذات العام ثم ينبثق منه بعدان رئيسيان الأول يتصل بالتحصيل، والثاني بالجوانب الاجتماعية والانفعالية والبدنية،

وينبثق أخير من كل بعد من الأبعاد مجموعة من الأبعاد الفرعية، فينقسم بعد التحصيل إلى المواد الدراسية، والبعد الاجتماعي إلى الزملاء والأشخاص ذوي الأهمية، البعد الانفعالي إلى المواقف الوجدانية المحددة، والبعد البدني إلى المظهر البدني والقدرة البدنية، ثم ينقسم كل بعد من الأبعاد الفرعية إلى مجموعة من الأبعاد النوعية، وقد كشفت نتائج التحليل العاملي التي قام بها "فلمنج *fleming*" و "كورتني *Courteny*" إلى وجود خمسة أبعاد لتقدير الذات تتفق في عمومها مع الأبعاد الرئيسية "لشافيلسون" وزملائه وهي اعتبار الذات والثقة الاجتماعية والقدرات المدرسية والمظهر البدني والقدرات البدنية وربما يكون البعد الانفعالي هو الأقل بروزا في أبعاد "فلمنج". (معتز عبد الله، 1998، ص 70)

وهذه النتائج هي:

✓ ويعبر عن تقدير المفحوص لذاته كما يظهر من خلال التفاعل الأسري.

✓ ويعبر عن تقدير الذات المستخلص من خبرات النجاح والفشل المدرسي.

✓ ويعبر عن تقدير الذات عند الفرد في ضوء علاقته مع أقرانه.

✓ ويعبر عن تقدير الشامل للذات.

ومنه نستنتج أن لتقدير الذات لها أربعة أبعاد هي: البعد الأسري، والبعد الأكاديمي والبعد المتعلق بالأقران، والبعد العام، وهذه الأبعاد مهمة في تقدير الذات لكي يستطيع الفرد تحديد اتجاه نحو ذاته

3 4 - مصادر تقدير الذات:

ترى أميرة مسعود (2007): أنه توجد طرق كثيرة لتقدير الذات، فنحن نقوم بتسجيل نجاحاتنا، ونقارن أنفسنا بالآخرين ونقيم أنفسنا تبعاً لمعايير داخلية على النحو التالي:

أ. الخبرات الشخصية بجلوها ومرها: أن النجاح والتقبل يمكن أن يجعلنا نشعر شعوراً طيباً تجاه أنفسنا على نحو خاص، أما الفشل والرفض والهزيمة فيمكن أن يسبب أمر أن وع الذل، ويحتلف الناس ذو وتقدير ذات المرتفع عن غيرهم من ذوي تقدير الذات المنخفض في طرق استجاباتهم لكل نوع من أنواع خبرات الحياة وفي تكيفهم.

اب. اختلاف أثر الخبرات باختلاف الأشخاص: يختلف الناس في طريقة استجاباتهم لأحداث الايجابية وسلبية، وفي أثر الأحداث الايجابية والسلبية يكون لها أثر مبالغ فيه عند الأشخاص ذوى الدرجة المنخفضة في تعقد الذات.

اج. المقارنة الاجتماعية: وقد يثير هذا النوع من المقارنة الظالملة التي لا يمكن تفادها مشاعر الحسد والاستياء وقد نقلل من تقدير المرء لذاته.

اد. المقارنة المتحيزة: هي المقارنة المتجهة إلى الأسفل وهي المقارنات التي لا تسمح لنا بمقارنة أنفسنا بالآخرين اقل خطأ أو نجاحا في احد الجوانب.

اه. تقسيم الذات بناء على معايير داخلية: يتأثر تقديرنا لذاتنا بما يحدث داخلنا بالإضافة إلى ما يدور حولنا، على الرغم من إن معظم الناس يصفوننا بأننا أشخاص ناجحون، إلا أننا قد نضل نشعر بفشلنا في الوصول إلى المستوى المناسب للمعايير التي تسعى خلالها إلى الوصول إلى ما نعتبرها موجهات أو مرشحات للذات، وتأتي موجهات الذات في صورتين هما: الذات المثالية وهي ذات الشخص التي يسعى لأن يكون مثله، والذات المتوقعة وهي ذات الشخص الذي تشعر أنه ينبغي علينا أن نكون مثله.

التقديرات المتحيزة لنتائج القياسات المستخدمة: فقد نلاحظ التناقضات الموجودة في ذاتنا عندما لا يمكن الوصول إلى معايير الشخصية، فهناك أفكار معينة، ومواقف محددة وأشخاص بعينهم يمكنهم إظهار تلك البيانات للعقل، ولكننا في العادة لا نركز على الكيفية التي يحدث بها عدم التوافق مع تلك المعايير مع تكشف الأحداث اليومية. (أميرة مسعود، 2007، ص32،، 35)

نستنتج أن مصادر تقدير الذات متنوعة ومتعددة، وهذه المصادر هي التي تحدد مستوى تقدير الفرد بذاته إما بالإيجاب فيكون مستوى تقدير ذاته مرتفع، أو بسلب فيكون مستوى تقدير ذاته متدني .

3 5 - مستويات تقدير الذات:

حدد " كوبر سميث *Cooper smith* " من خلال دراساته المختلفة حول الذات أنه يوجد مستويين لتقدير الذات وهما:

3 5 4 - المستوى المرتفع للذات:

حيث يمثل التقدير الايجابي للذات إلى مدى قبول الفرد لذاته وإعجابه بما على ما هي عليه وإدراكه لذاته على أنه شخص ذو قيمة جديرة بالاحترام وتقدير الآخرين. (حسين فايحي، 2004، ص 241)

كما يؤدي تقدير الذات المرتفع، إلى إحساس بالأمن الداخلي وبالراحة بحيث ينعكس ذلك في المواقف الايجابي

وأظهرت الدراسات العديدة التي أجريت في مجال تقدير الذات، إن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات يؤكدون دائما على قدراتهم وجونب قوتهم وخصائصهم الطيبة. (سلامة ممدوحة، 1991، ص 279)

في حين نجد كل من "كورمان وكوهر" (*korman et Coher*)، يريان أن الشخص صاحب التقدير المرتفع يميل أكثر إلى ممارسة السلطة الاجتماعية، وهو أقل حساسية لتأثيرات الحوادث الخارجية، ولا تصادفه مشاكل في اختيار المهام التي تعود عليه بحظوظ أوفر للنجاح، بالإضافة إلى أنه لا يظهر نوع من التبعية للآخرين، إذا لديه قدرة جيدة على إيجاد حل ولمشاكله.

وبحسب مريم سليم فان هناك جملة من الظروف الأساسية التي تساعد على تكوين مستوى عالي من تقدير الذات وهذه الظروف هي:

- الحب والعاطفة غير المشروطين

- وجود قوانين محددة بشكل جيد ويتم تطبيقها باتساق

إظهار قدر واضح من الاحترام للأبناء . (مريم سليم، 2003، ص 10).

3 5 2 - المستوى المنخفض للذات:

يشير تقدير الذات السلبي أو المنخفض إلى عدم قبول الفرد لنفسه وتقليل من شأنها وشعوره بالنقص عن مقارنته لنفسه بالآخرين، كما يشعر أنه ليس له قيمة وأهمية. (حسين فايد، 2004، ص 241)

ويرى " فاركس *farkace* " (1967): أن الأفراد الذين يتميزون بتقدير منخفض للذات يوصفون من طرف الآخرين على أنهم أقل تحكما في أمورهم أي أنه من الممكن التأثير عليهم بسهولة لأنهم قليلا ما يبدون آرائهم ومن الناحية العاطفية يتعذر إقامة علاقات مرضية ومستمرة مع الآخرين ولكنهم يرغبون في أن يكسبوا محبة وتقبل الآخرين لهم. (ربيع العنيزي، 2001، ص 68)

ولقد وصف خير الله (1981)، الشخص الذي يكون لديه مفهوم الذات منخفض، يمكن وصفه عامة بأنه الشخص الذي يفتقر إلى الثقة في قدراته وهو مع ذلك يعتقد أن معظم محاولاته سوف تبوء بالفشل، ويتميز صاحبه " منخفض التقدير " بتصنيف المجال الإدراكي حيث لا يدرك الوضعيات المطروحة أمامه، أنه يعمل باستمرار على افتراض انه لا يمكن أن يحققا لنجاح، وأنه لسبب أو آخر يشعر أنه قدر له الفشل، وبالتالي بأنه غير جدير بالاعتبار. (السيد خير الله، 1981، ص 58).

ومن خلال ما تم طرحه يمكن تلخيص مستويات التقدير فيجدول

الجدول رقم (03): يوضح أهم فروق مستويات تقدير الذات

مستوى تقدير الذات المنخفض	مستوى تقدير الذات المرتفع
- لا يثق في قدراته	- مقتنع بقدراته وذاته
- متأثر بسلبياته ويقارن نفسه بالآخرين	- لا يقارن نفسه بالآخرين
- يكون منتقد لذاته	- معجب بصورته الجسدية
- يرتاب في نظرة الآخرين وييدي حكما مسبقا	- ييدي استعداد حقيقا
- ينكر عواطفه ويحجل أن يتحدث به	- ييدي ملاحظات لطيفة عن ذاته
- كتوم	- يعتقد مسبقا بحب الآخرين له
- نادرا ما يقع في القرار الصائب	- يواسي نفسه عند ارتكاب الأخطاء
	- يفكر قبل اتخاذ القرار

خلاصة:

وفي هذا الفصل تطرقنا إلى مجموعة من العناصر، وهي مفهوم الذات، حيث تعتبر لب البناء النفسي للشخصية الإنسانية، وأساس إعدادها لمواجهة شتى مصاعب الحياة، وكذا معرفة أبعادها، والفرق بينها وبين تقدير الذات، ومرورا بتعريف تقدير الذات والذي يمثل الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه، وكذا معرفة أهمية تقدير الذات وأبعادها، ومصادر تقدير الذات ومستوياته، والتي تعبر محور دراستنا، حيث استنتجنا أن كلما كان مستوى تقدير الذات مرتفع كلما زادة الأمن الداخلي والراحة لديه، وكلما نقص مستواه انخفض تقدير ذاته حيث أنه يشعر بأنه ناقص مقارنة بالآخرين وأنه ليس له قيمة

الفصل الرابع: دافعية الانجاز



تمهيد:

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس نظرا لتواجده في قلب العديد من المشكلات الرياضية العامة و ذلك بسبب كل من حصيلة نمو البيئات الاجتماعية مثل : التنافس الرياضي ، و سلوكيات المدربين ، أيضا زيادة تأثيرها على متغيرات السلوك مثل : الإصرار ، التعلم و الأداء .

إن القول المأثور " إنك تستطيع أن تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع أن تحببه أن يشرب الماء لأنه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون لديه الدافعية للشرب و هذا يعبر بوضوح عن دور الدافعية في ميدان التعلم بصفة عامة و التدريب الرياضي بصفة خاصة و هذا ما سنتناوله بالتدقيق في هذا الفصل .

1. مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس ، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر :

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى ". (صالح محمد علي أبو جادو : ص 22)

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة ". (مصطفى عشوي ، 1990 : ص 83)

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي و الفسيولوجي ". (أحمد أمين فوزي، 2004، ص 18)

ونستخلص أن تعريف الدافع قد يتعدد ويتنوع ويختلف في المفاهيم ومهما كان هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك السلوك للإنسان الجسم في حالة نشاط .

2- تصنيف الدوافع :

يوضح " ساج " (Sage) عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما : الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية ، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التطبيق السابق في متناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال لا الحصر " فوس " (Fousse) و "ترومان " (Troppmanet) عام 1981 "ليون " (Liewelin) و " بلوكر " (Bluker) عام 1982 " محمد علاوي " عام 1983 "سنجر (Singer) عام 1984 " هارس " (Harris) و " دروثي " (Drothy) عام

1984

1 - 2 - الدافع الداخلي :

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء ، ويعبر عن هذا المعنى " مارتنر " عام 1980 عندما يقر أن الدافع الداخلي يعتبر جزءا مكتملا لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعا بالحصول على المعرفة وليس هدفه من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية ، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة ، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد ، ويحدث أثناء الأداء . (علاوي، راتب، 1990، ص 38)

2 - 2 - الدافع الخارجي :

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وإن السبب الرئيسي بالاستمرار والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يتحصل عليها . فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها الدافعية الخارجية فالشخص المحفز داخليا يتصرف حتى يتحصل على المكافأة مرتبطة بالفعل ذاته ، فاهتمامه إذن مركز على تأدية الدور بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر أثناء القيام بالفعل الرياضي . أما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته .

3- الدوافع والحاجات النفسية :

يرى " مصطفى عشوي : أنه " ينبغي أن نعرف أن وراء كل سلوك دافع فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا تصدر الأحكام ضده ، بل يجب أن نسأل عن الدافع وراء ذلك إن كان متكبها أو يثير المشاكل في العمل أو في الممارسة ، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته ، فالدافع حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا

شعوريا ، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات وسلوكات الإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر والإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة " .

ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية وهي كالآتي :

- الحاجة إلى الاطمئنان
- حاجة التفوق
- حاجة التبعية
- حاجة التعلم والمعرفة. (مصطفى عشوي، 1990، ص 34)

4 - مصدر الدافعية في الميدان الرياضي :

يعتبر G Gros . أن " الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشباع " يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا ، هي من أصل فيزيولوجي (لذة الحركة واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة .

5-ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :

تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة .

1 - 5 - شدة الجهد :

يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة ، فعلى سبيل المثال : فعن اللاعبين أحمد ومحمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع ، لكن من حيث شدة الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد .

2 - 5 - اتجاه الجهد :

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه ، أو اختياره مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة إلخ .

3 - 5 - العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد :

يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ ، الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب (اتجاه الجهد) يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة التي يحضرها (شدة الجهد) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يتغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب . (علاوي، راتب، 1999، ص 42) 6 - دافع الانجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية : يعني دافع الانجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في انجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها.

1 - 6 - أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق):

1 - 1 - 6 - اختيار النشاط :

يتضح في اختيار النشاط المنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه

2 - 1 - 6 - الجهد من أجل تحقيق الأهداف :

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع .

3 - 1 - 6 - المثابرة :

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية . أسامة كامل راتب : ص 47

7- تطور دوافع النشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبدا الدهر ، بل تتناوّلها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي . إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار المرحلة السنوية التي يمر بها الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقا لمستواه الرياضي ، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن الدوافع لتلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن

دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظرا لأن كل مستوى دوافعه التي يتميز بها . (علاوي، راتب،

1999، ص 47

يقسم " جوني " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقا للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى الفرد أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي :

✓ مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي

✓ وتكون في مدة 6 سنوات إلى 14 سنة .

✓ مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي

✓ وتكون من 15 سنة إلى 18 سنة .

✓ مرحلة المستويات الرياضية العالية

✓ وتكون من 18 سنة فما فوق .

وبما أن المرحلتين الأولى والثالثة هي التي تحمنا ، اقتصرنا على توضيح دوافعها دون التطرق إلى المرحلتين الأولى والثالثة . وهذه المرحلة ترتبط دوافع المراهق بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية ، إذ يرغب المراهق في أن يكون لاعبا في كرة السلة أو في كرة القدم أو جمبازيا مثلا . ومن أهم الدوافع في هذه المرحلة:

✓ ميل خاص نحو نشاط معين .

✓ اكتساب معرف خاصة .

✓ الاشتراك في المنافسات

✓ اكتساب نواحي عقلية ونفسية .

✓ اكتساب قدرات خاصة .

✓ اكتساب سمات خلقية وإرادية

8 - أهمية الدافعية في المجال الرياضي :

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة الاهتمام الناس جميعا . في سنة 1908م ، اقترح " وود ورت " (Wood worth) في كتابه : علم النفس الديناميكي ميدانا حيويا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي " Molivation al psychology " أو علم الدافعية " Molivology " وفي سنة 1960م ، تنبأ " فاينكي " (Foyniki) بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية . وفي سنة 1982م ، أشار كل من " ليولن و بلوكر " (Liewelln and Blucker) في كتابيهما :. (علاوي، راتب، 1999، ص 27)

سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق ، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين .

وفي سنة 1983 أشار " وليام وارن " (William) في كتابه التدريب والدافعية ، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل في 70% - 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات ، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية ، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية :

9- مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي:

تعبّر عن العلاقة بين :

- مفهوم القدرة
- صعوبة الواجب.
- الجهد المبذول .

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للانجاز يشملمان مفهومين مختلفين هما: - هدف الاتجاه نحو الأداء . - هدف الاتجاه نحو الذات. من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين

صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة ، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.
(صدقي نور الدين، 1998، ص 11).

10- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي: - ماذا تقرر أن تفعل؟ اختيار نوع الرياضة . - ما مقدار تكرار العمل؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب. - كيفية إجادة العمل؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة ، وليس ثمة شك ، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة ، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائمة في الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة. (علاوي، راتب، 1999، ص 25).

خلاصة :

من خلال ما قدمناه نستطيع القول أن الدافعية موضوع عميق وواسع ولا نستطيع حصره في عرض بسيط لكننا حاولنا عرض ما أمكن عرضه لنحاول أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا و بحثنا هذا.

الجانب التطبيقي



الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة



تمهيد:

إن تحديد الإطار المنهجي من أهم أسس الدراسة العلمية والذي من خلاله تتحدد طبيعة وقيمة كل بحث، حيث أن الضبط السليم لمنهجية البحث يضمن أيضا مصداقية النتائج المتحصل عليها. ويتناول هذا الفصل عرضا للدراسة الاستطلاعية، ثم لمنهج الدراسة، وللمجتمع الدراسة وعينتها وكيفية اختيارها، وخصائصها، ثم يتناول عرضا تفصيليا لكيفية بناء أدوات الدراسة وتطبيقها، يلي ذلك عرضا لخطوات الدراسة، ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة، وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات.

1. منهج الدراسة:

منهج الدراسة هو طريق الذي يسلكه الباحث لتحقيق أهداف بحثه مستندا إلى جملة من القواعد والأسس لعل أهمها معرفة طبيعة المشكلة قيد الدراسة والتي تفرض عليه اختيار المنهج المناسب للكشف عن الحقيقة. واستخدمنا المنهج الوصفي وهذا ما نراه ينسجم ويتطابق مع مواصفات البحث كونه أفضل المناهج وأيسرها في تحقيق أهدافه. والمنهج الوصفي يسعى إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير معين أو عدة متغيرات (مروان عبد المجيد: 2000، ص 91).

2. مجتمع وعينة الدراسة:

لكي تكون الدراسة مقبولة و قابلة للإنجاز لابد من تعريف مجتمع البحث الذي نريد دراسته وأن نوضح المقاييس المستعملة من أجل حصر هذا المجتمع ، ومجتمع الدراسة يتكون من لاعبي فريق نور لكرة السلة على الكراسي المتحركة ولاية المسيلة و البالغ عددهم 16 لاعب حسب المعلومات التي تحصلت عليها من خلال الدراسة الاستطلاعية .

و مجتمع الدراسة كما يعرفه عبيدات ذوقان: بأنه جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها ، و بذلك فإن مجتمع الدراسة هو جميع الأفراد أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة الدراسة . (عبيدات ذوقان وآخرون، 2001، ص 131) .

أما العينة فهي من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية و الهدف الأساسي للحصول على معلومات و بيانات على المجتمع الأصلي للبحث ، حسب ما قاله مُجَدِّد حسن علاوي أن ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من المجتمع تتخلص في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة (مُجَدِّد حسن علاوي، 1999، ص 134) حيث اعتمد الباحث في هذه الدراسة على طريقة المسح الشامل ، و ذلك لصغر حجم مجتمع الدراسة و الذي يقدر كما ذكرنا سابقا 16 لاعب ، و هذا ما سهل توزيع المقياس على جميع اللاعبين، و تكونت عينة الدراسة من 16 لاعب.

3- الدراسة الاستطلاعية:

إن الخطوة الأولى التي قمنا بها في بحثنا هي الدراسة الاستطلاعية والتي تعد " دراسة تجربة أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار أساليب بحثه وأدواته (نوري الشوك: رافع الكبيسي، 2004، ص 89)، حيث تعتبر القاعدة التي يبني عليها الباحث تصورات الأولوية حول دراسته وميدان تطبيقها،

والوقوف على أهم المعوقات والصعوبات التي قد تواجهنا في بحثنا وبغية تجاوزها في التجربة الأساسية، وإعداد أدوات البحث وتجريبها والوقوف على خصائصها من حيث صدقها وثباتها وقدرتها على قياس متغيرات البحث ومناسبتها لعينته، ومعرفة أفضل الظروف لإجراء الدراسة الأساسية، فضلا على التأكد من صلاحية أداة البحث ومدى ملائمتها لأفراد العينة.

1.3. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

يمكن حصر أهداف الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

- ☞ التأكد من مدى صلاحية المكان المخصص لإجراء البحث وترتيب أداؤها.
- ☞ التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة، ملائمتها لعينة الدراسة.
- ☞ التعرف على الأخطاء والمشكلات التي تظهر أثناء القياس لتفاديها في الدراسة الأساسية.
- ☞ معرفة الوقت المستغرق لجمع البيانات والمعلومات من أفراد العينة.
- ☞ التأكد من الصلاحية العلمية (الصدق - الثبات) لأداة البحث.

2.3. عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة من 10 لاعبين معاقين حركيا.

3.3. زمن وظروف تطبيق الدراسة الاستطلاعية:

بعد أخذ تسهيل مهمة من إدارة المعهد اتصلنا بمدير الفريق من أجل أخذ معلومات ، والتعرف على مكان المخصص لإجراء الدراسة الاستطلاعية وترتيب أداؤها، حيث تم الاتفاق على إجرائها يوم الخميس الموافق لـ

2020/08/01

4.1. نتائج الدراسة الاستطلاعية:

أسفرت الدراسة الاستطلاعية على ما يلي:

- ☞ اكتشاف ميدان البحث بكل معطياته و الإممام بصعوباته وجزيئاته.
- ☞ صلاحية الأدوات المستخدمة في الدراسة .
- ☞ إعطاء مصداقية لأدوات البحث وذلك بعد حساب ثباتها وصدقها على عينة مصغرة.
- ☞ تحضير أدوات البحث إعدادها في صورتها النهائية لتطبيقها في الدراسة الأساسية.
- ☞ تهيئة الظروف الملائمة لتطبيق أدوات البحث.

4. متغيرات الدراسة:

1.4. المتغير المستقل:

يجب على الباحث أن يضبط المتغير المستقل حتى يستطيع التحكم فيه " فالمتغير المستقل هو الذي يتناوله الباحث بالتغيير للتحقق من علاقته بالمتغير التابع، ومعناه السبب أو الأثر" (وجيه محجوب : 2002، ص 113).

وفي دراستنا هذه المتغير المستقل يتمثل في:

✍️ النشاط البدني الرياضي

2.4. المتغير التابع:

يعرف المتغير التابع بأنه ينتج عن تأثير العامل المستقل (وجيه محجوب: 2002، ص 113) وهي متغيرات لا تخضع لتحكم الباحث ويمكن التعبير عنها بالبيانات أو الناتج المتحصل من الدراسة وفي دراستنا هذه المتغير التابع يتمثل في:

✍️ تقدير الذات

✍️ دافعية الانجاز

5. مجالات الدراسة:

1.5. المجال المكاني:

أجريت الدراسة على فريق نور على الكراسي المتحركة -المسيلة-

2.5. المجال الزمني:

أستغرق البحث فيما يخص الجانب النظري فترة زمنية تمتد من بداية شهر فيفري إلى غاية نهاية شهر مارس من الموسم الجامعي 2020/2019

أما بالنسبة للجانب التطبيقي فقد قام الباحث بزيارة بعض مراكز التدريب بتاريخ 2020/08/01

6. الأدوات المستخدمة لجمع البيانات والمعلومات:

الاستبيان:

تعتبر استمارة الاستبيان الأداة الرئيسية في عملية جمع البيانات، ولقد تمت صياغتها انطلاقاً من مشكلة البحث والأسئلة التي أثارها لتحقيق أهداف الدراسة، وتعرف بأنها: " أداة تحتوي على مجموعة من الأسئلة الموجهة إلى

عينة من الأفراد حول موضوع مرتبط بأهداف الدراسة. (خضيرة، 1422، ص19)

وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على استمارة وجهت للاعبين ب فريق النور على الكراسي المتحركة -المسيلة- وبعد مراجعة الملاحظات المقدمة من طرف الأساتذة الأفاضل تم تجهيز استمارة الاستبيان في شكلها النهائي والمشكلة من 20 سؤالاً .

7. الأسس العلمية لأدوات البحث:

الخصائص السيكومترية للأداة:

أن الصدق و الثبات يعدان من اهم الخصائص التي يجب توفرها في المقياس النفسي و مهما كان الغرض من استخدامه (صلاح الدين محمود علام، 2000، ص279). وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص من اجل ضمان جودة المقاييس المستخدمة بالمقياس و التقويم لدا قام الباحث بحساب الصدق و الثبات للمقياسين تقدير الذات و دافعية الانجاز على النحو التالي:

صدق المقياس: يمدنا مفهوم صدق المقياس بدليل مباشر على مدى صلاحية المقياس للقيام بوظيفته و تحقيق الاغراض التي وضع من اجلها (مُجد عثمان نجاتي، 1994، ص 111).

كما يشير إلى الصحة او الصلاحية إلى أن الاختبار يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لقياسها دون أن يقيس وظيفه اخرى الى جانبها (سامي مصطفى واخرون ، 2006، ص 111). و قد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال ايجاد الصدق الظاهري لهما و ذلك من خلال عرضهما على مجموعة من الخبراء و المختصين بغرض تكييف المقياس على عينة الدراسة لا غير و ذلك بتعديل بعض العبارات الغير مناسبة او الغير مفهومة لعينة الدراسة

مقياس تقدير الذات: اتفق كل المحكمين على أن التعليمية واضحة و شاملة و في متناول المعلمين و هذا ما يجعل إجراءات تطبيق المقياس سهلة.

مقياس الدافعية للإنجاز: اعتمدنا نفس الطريقة السابقة في التأكد من صدق المقياس و هي طريقة صدق المحتوى عن طريق تقديم استمارة .

- ثبات المقياس: يقصد بالثبات "ان الفرد يحافظ على الوضع نفسه بالنسبة لموقعه عند تكرار قياسه و يبقى على حاله تقريبا بالقدر الذي يمثل قيمة صغيرة للخطأ المعياري من القياس و معامل ثبات مرتفع" (صالح مُجَد علي ابو جادر ، 2000،ص442). |

الثبات: استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية، بإجراء معادلة سييرمان براون بين مجموع درجات العبارات الفردية ودرجات العبارات الزوجية لعينة الدراسة الاستطلاع ند (5) و قد بلغ معامل الارتباط للمقياس تقدير الذات 0.91 و دافعية الانجاز كان ثباته 0.94 و هو ارتباط عال.

و كذلك معامل الفاكرو نباخ Cronbach ' s Alpha حيث وجدنا أن اختبار تقدير الذات كان ثباته لجميع الفقرات 37 هو 0.806 و دافعية الانجاز لجميع الفقرات 31 هو 0.855 و هو ثبات عالي . كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم () يوضح ثبات استبيان..... عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	ألفا كرونباخ	مقياس تقدير الذات
37	0.806	
31	0.855	مقياس دافعية الانجاز

اجراءات التطبيق الميداني للأداة:

- اجراءات اعداد مقياسي الدراسة: قمنا فب بحثنا هدا بتطبيق مقياسين لقياس هادان المتغيران و هما تقدير الذات و دافعية الانجاز و سنقوم بوصف هادان المقياسان كما يلي :

1-مقياس تقدير الذات : اعتمدنا في بحثنا هذا على مقياس تقدير الذات للدكتور عبد الرحمان صالح الأزرق الذي كان موجه لصنف المربين و لقد اعتمد في استقصاء هذا المقياس على:

-مقياس تقدير الذات مُجَد سلامة 1984.

-مقياس مفهوم الذات لحامد زرقان .

- اختبار تقدير الذات لطلاب الجامعة.

- اختبار روزنبرغ لتقدير الذات.

2- مقياس دافعية الانجاز : و اعتمدنا في بحثنا هذا ايضا على مقياس دافعية الانجاز لنفس الدكتور و هو مقياس مكون من اثنان و ثلاثون عبارة تهدف إلى قياس مجموعة من الخصائص الشخصية التي تمثل عناصر اساسية في دافعية الانجاز و تحديد درجة مستواها و لقد اعتمد صاحب المقياس على عدة اختبارات الاستقصاء هذا المقياس منها:

- مقياس الدافع للمعرفة و الفهم لممدوح الكناني 1990.

- مقياس وينز 1970 و لقد اعده للاستخدام العربي موسى .

- مقياس ويلسون 1975.

- مقياس سميث لدافعية الانجاز . 1973.

- مقياس دافعية الانجاز من اعداد سبع النابلسي 1973.

3- كيفية تطبيق أدوات البحث: توجهنا مباشرة إلى الميادين التي تتدرب فيها الفرق التي تم اختيارها، حيث تم توزيعها على اللاعبين وبحضور الباحث مع اللاعبين، يضيف على البحث الأهمية والجدية في نظرهم، بحيث يوضح أي سؤال غامض و شرح عبارات المقياسين و اجبنا بعدها على كل الاستفسارات و الاسئلة ثم تم استلام المقياسين بعد حوالي 15 دقيقة من الاجابة.

كيفية تصحيح ادوات البحث:

تصحيح مقياس تقدير الذات :

قام الباحث عبد الرحمان صالح الأزرق بتصميم هذا المقياس و قد اشتمل في صورته الأخيرة ثمانية و ثلاثين 38 عبارة، صيغت في جمل تقريرية بما يحس و يشعر به المستجيب، نصفها سالب و النصف الآخر موجب موزعة على خمس عناصر و هي:

الذات الجسمية و المظهر العام: و تشمل خمس عبارات و هي: - 20- 15- 10- 5- 25. الذات العقلية و الأكاديمية: و تشمل ثمانية عبارات و أرقامها: - 16- 11- 6- 1- 21- 26- 30- 33.

الذات الاجتماعية و الترويحية : و تشمل اثنتي عشرة عبارة وهي : - 12- 7- 2- 38- 37- 36- 34 - 2731- 22- 17.

الذات الأسرية : وتشمل ستة عبارات و هي : .3- 8- 13- 18- 23- 28.

الذات الشخصية و الثقة بالنفس : و تشمل ثمان عبارات: 24- 19- 14- 9 - 4- 35- 32- 29 .

كما يحتوي على عشرون 20 عبارة سالبة و هي : - 22- 16- 10- 9 - 5- 3- 2- 1- 38- 36 - 33- 32- 31- 30 - 29 - 27 - 25 - 24- 23.

و تسع عشر عبارة موجبة وهي : - 34- 28- 26- 21- 20- 19- 18- 17- 15- 14- 13- 12- 11- 8- 7- 6- 4- 37- 35.

تصحيح المقياس دافعية الانجاز : صمم هذا المقياس من طرف عبد الرحمان صالح الأزرق، و يتكون من 32

عبارة تقيس خمس أبعاد أساسية اتفقت عليها أغلب الدراسات السابقة و هي: الطموح، المثابرة، الأداء، إدراك أهمية الزمن و التنافس، و تكمن أهمية دراسة دافعية الانجاز و قياسها في كونها تمثل إطارا سيكولوجيا التفسير أنماط من السلوك الأدائي للفرد، و من هنا يأتي هذا مقياس كأداة يمكن التعرف من خلالها على درجة و مستوى أداء المعلمين كما يدركها المعلمون و يحسون بما (عبد الرحمان صالح الأزرق، ، 2000ص . 144). اذن يتضمن المقياس في صورته النهائية على 31 عبارة موزعة على خمسة أبعاد و هي:

مستوى الطموح: و يشمل أربع عبارات و هي : . 1- 6- 11- 23.

مستوى المثابرة: و يشمل هذا البعد على ثمان عبارات و هي: - 19- 12- 10- 2- 31- 27- 24 .

مستوى الأداء: و يشمل أيضا على ثمان عبارات و هي: - 21- 16- 13- 7- 3- 29- 28- 26.

مستوى إدراك الزمن: و يشمل على ستة عبارات و هي: - 22- 17- 14- 8- 4- 30 . مستوى

التنافس: و يشمل على هذا البعد ستة عبارات وهي: - 18- 15- 9- 5- 25- 20 . كما يحتوي المقياس

على 16 عبارة موجبة و هي: - 12- 10- 8- 5- 3- 2- 1- 9- 7- 6- 4. و عبارة سالبة و هي 16،

و 30- 29 - 27 - 23- 21 - 20 - 18- 17 - 16 .

11- 13 - 14 - 15 - 19 - 22- 24 - 25 - 26 - 28- 31- 32.

8. الأساليب الإحصائية المستخدمة:

للتحقق من صحة الفروض، إستخدمنا برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم التربوية والإجتماعية (SPSS.20) وذلك بإستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- ألفا كرونباخ لحساب الثبات .
- صدق الاتساق الداخلي لحساب الصدق.
- اختبارات تاست t-test لعينة واحدة .
- المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري .

9. صعوبات البحث :

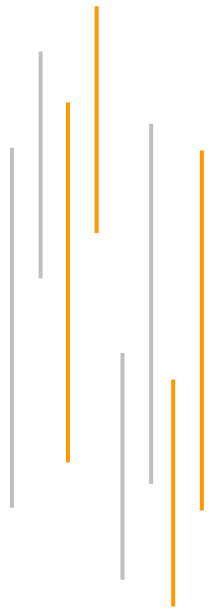
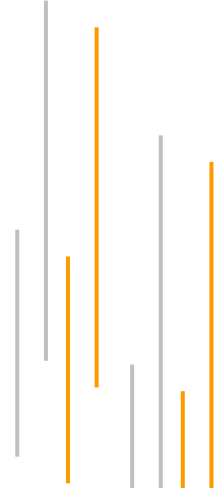
من بين الصعوبات التي واجهتنا خلال بحثنا نذكر مايلي:

- ☞ ضيق الوقت .
- ☞ قلة الكتب التي تتحدث عن الإتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي.
- ☞ تزامن فترة إنجاز المذكرة مع التبرص الميداني.

خلاصة الفصل:

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة، حيث تناولنا فيه أهم العناصر التي تهم دراستنا بشكل كبير، منها المنهج المتبع، مجتمع وعينة البحث، الدراسة الاستطلاعية، متغيرات البحث، أدوات جمع البيانات... الخ.

الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة الدراسة



عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى:

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات و دافعية الإنجاز لدى المعاقين حركيا

للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات و الدافعية للإنجاز لدى عينة الدراسة. نستخدم معامل الارتباط بيرسون في إيجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي اذا كانت "المحسوبة أكبر من القيمة الجدولة عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29) .

جدول رقم (03): معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات و دافعية الإنجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات	94.43	7.699	**0.891	0.4487	29	0.01
دافعية الإنجاز	81.90	9.473				

أي أنه دال عند مستوى دلالة 0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن المتوسط الحسابي لدرجات تقدير الذات يقدر ب 94 .43 و تنحرف قيم أفراد العينة عن هذا المتوسط بقيمة 7.699 و قد بلغ المتوسط الحسابي لدافعية الإنجاز 81.90 و تنحرف قيم أفراد العينة عن المتوسط بقيمة 9.473 و هي أكبر من انحراف درجات تقدير الذات.

و نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم 03 أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات و دافعية الإنجاز . بحيث بلغ معامل الارتباط لبيرسون 0.891 و هو دال عند (0.01) و هذا يعني وجود علاقة ارتباطية بين درجات تقدير الذات و دافعية الإنجاز لدى المعاقين حركيا و هي درجة ارتباط موجبة عالية. و بالتالي نقبل الفرضية البديلة و نرفض الفرضية الصفرية.

و هذا ما يؤكد لنا صحة الفرضية الأولى التي كانت تنص على وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات و دافعية الإنجاز

-نتائج الفرضية الثانية:

هناك اختلاف في دافعية الانجاز بين اللاعبين ذوي التقدير المرتفع لل ذات و التقدير المنخفض. تنص الفرضية الثانية على وجود فروق بين فئة ذوي التقدير المرتفع للذات و فئة ذوي التقدير المنخفض للذات فيما يخص دافعية الانجاز و لحساب هذا الفارق قمنا بتطبيق قانون المقارنة الطرفية بين فئة التقدير المنخفض و التقدير المرتفع فيما يخص دافعية الانجاز و ذلك بأخذ نسبة 33% على الطرفين ثم طبقنا قانون t test و قد تحصلنا على النتائج التالية

جدول رقم (04) يمثل اختلاف في درجة دافعية الانجاز بين فئة التقدير المرتفع و التقدير المنخفض

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات	101.00	2.30	7.91	0.12	6.01	18	0.01
دافعية الانجاز	86.10	7.48					

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن العينتين متجانستين، وهذا من خلال النسبة الفائية المقدرة ب 7.91 أما الدلالة الإحصائية فلقد بلغت 0.12 أما نتائج تطبيق اختبار T لعينتين مستقلتين متجانستين، فلقد قدرت ب 6.01 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة حرية 18 و هذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الدافعية للإنجاز بين الفئة الأولى و الفئة الثانية، و جاءت الفروق لصالح اللاعبين ذوي تقدير الذات المرتفع. فيما يخص الدافعية، حيث بلغ المتوسط الحسابي 101.00 و انحراف معياري قدره 86.10 بينما بلغ متوسط المعلمين ذوي تقدير الذات المنخفض في الدافعية للإنجاز ب ، 86.10 و بانحراف معياري قدره 7.48 إذن تحققت الفرضية الرابعة و التي كان محتواها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الدافعية للإنجاز عند المعاقين باختلاف مستويات تقدير الذات (المنخفض و المرتفع) لصالح المعاقين ذوي تقدير الذات المرتفع.

أشارت النتائج المتحصل عليها إلى تحقق الفرضية الثانية التي كانت تنص على وجود فروق في دافعية الإنجاز بين فئة ذوي التقدير المرتفع و فئة ذوي التقدير المنخفض، وهذا لصالح فئة ذوي التقدير المرتفع عن مستوى دلالة ، 001 = 0 و هذا ما يثبت الفرضية البديلة و تبقى الفرضية الصفرية.

نتائج الفرضية الثالثة

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا

لتعرف على العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة نستخدم معامل الارتباط بيرسون في ايجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي ادا كانت " المحسوبة اكبر من القيمة الجدولة عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29).

جدول رقم (05) يبين معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات الاجتماعية و الترويحية	27.233	3.390	**0.845	0.4487	29	0.01
دافعية الانجاز	81.900	9.473				

أي أنه دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح لنا من خلال الجدول اعلاه ان المتوسط الحسابي لتقدير الذات الاجتماعي بلغ 27.233 و المتوسط الحسابي الدافعية الانجاز بلغ 81.900 ومعامل الارتباط بيرسون المحسوب بلغ 0.845 اكبر من معامل الارتباط الجدول 0.4487 عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29) و منه توجد علاقة دالة احصائيا بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة.

وهذا ما يبين أن المعاقين ذوي تقدير الذات الاجتماعي الموجب كانت دافعتهم للإنجاز مرتفعة مما يدل على أن هناك علاقة بين تقدير الذات الاجتماعي ودافعية الإنجاز.

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات الاسري و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا

للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة نستخدم معامل الارتباط بيرسون في ايجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي ادا كانت 'r' المحسوبة اكبر من القيمة المحدولة عند مستوى الدلالة (0.01 و درجة الحرية (29).

جدول رقم (06) يبين معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات الاسري و دافعية الانجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات الاسرية	15.96	1.449	0.573	0.4487	29	0.01
دافعية الانجاز	81.90	9.476				

أي انه دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح لنا من خلال الجدول اعلاه أن المتوسط الحسابي لتقدير الذات الاسري بلغ 15.96 و المتوسط الحسابي لدافعية الانجاز بلغ 81.90 ومعامل الارتباط بيرسون المحسوب بلغ 0.573 اكبر من معامل الارتباط الجدول 0.4487 عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29) وبالتالي نجد أن القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية. وهذا ما يؤكد لنا صحة الفرضية البديلة و يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية.

من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها في حساب العلاقة بين تقدير الذات الأسري و دافعية الإنجاز باستعمال معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أن النتيجة كانت تحت المتوسط إلا أنها ذات دلالة إحصائية عن مستوى 0.01 وهذا ما يثبت الفرضية التي نصت على وجود علاقة بين تقدير الذات الأسري و دافعية الإنجاز .

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات الشخصية و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا

لتعرف على العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة نستخدم معامل الارتباط بيرسون في ايجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي ادا كانت " T " المحسوبة أكبر من القيمة المحدولة عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29).

جدول رقم (07) يبين معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات الشخصية و دافعية الانجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات الشخصية و الثقة بالنفس	17.96	1.847	0.540	0.4487	29	0.01
دافعية الانجاز	81.90	1.847				

أي أنه دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح لنا من خلال الجدول اعلاه ان المتوسط الحسابي لتقدير الذات الاجتماعي بلغ 17.96 و المتوسط الحسابي الدافعية الانجاز بلغ 81.90 و معامل الارتباط بيرسون المحسوب بلغ 0.540 أكبر من معامل الارتباط المحدول 0.4487 عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29) و منه توجد علاقة دالة احصائيا بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة.

من خلال النتائج الإحصائية التي توصلنا إليها بعد تطبيق معامل ارتباط بيرسون، وجدنا أن النتيجة كانت تحت المتوسط إلا أنها كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) هذا ما يؤكد لنا صحة الفرضية البديلة و يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية.

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات العقلية و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا

للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة نستخدم معامل الارتباط بيرسون في ايجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي اذا كانت المحسوبة اكبر من قيمة المحدولة عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29).

جدول رقم (08) يبين معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات العقلية و دافعية الانجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات العقلية و الاكاديمية	20.30	2.336	0.699	0.4487	29	0.01
دافعية الانجاز	81.90	9.473				

أي أنه دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح لنا من خلال الجدول اعلاه ان المتوسط الحسابي لتقدير الذات الاجتماعي بلغ 20.30 و المتوسط الحسابي الدافعية الانجاز بلغ 81.90 و معامل الارتباط بيرسون المحسوب بلغ 0.699 اكبر من معامل الارتباط المحدول 0.4487 عند مستوى الدلالة (0.01 و درجة الحرية (29) و منه توجد علاقة دالة احصائيا بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة.

هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين تقدير الذات الجسمية و دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا

للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة نستخدم معامل الارتباط بيرسون في ايجاد العلاقة و مقارنتها بقيمتها الجدولية (بيرسون) حيث القاعدة الرفض او القبول هي ادا كانت T' المحسوبة اكبر من قيمة الجدولة عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29).

جدول رقم (09) يبين معامل الارتباط بيرسون بين متغير تقدير الذات الجسمية و دافعية الانجاز

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة R	الجدولية R	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات الجسمية و المظهر العام	13.00	1.231	0.373	0.4487	29	0.01
دافعية الانجاز	81.90	9.473				

أي أنه دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح لنا من خلال الجدول اعلاه ان المتوسط الحسابي لتقدير الذات الاجتماعي بلغ 113.00 و المتوسط الحسابي لدافعية الانجاز بلغ 81.90 ومعامل الارتباط بيرسون المحسوب بلغ 0.373 اصغر من معامل الارتباط الجدول 0.4487 عند مستوى الدلالة (0.01) و درجة الحرية (29).

كانت نتيجة معامل ارتباط بيرسون بين تقدير الذات الجسمي و دافعية الإنجاز ضعيفة وهي تساوي 0.373 و هذا ما يدل على عدم وجود ارتباط بين تقدير الذات الجسمي ودافعية الإنجاز، و بالتالي نرفض هذه الفرضية و نقبل الفرضية البديلة. و منه لا توجد علاقة دالة احصائيا بين تقدير الذات الاجتماعي و دافعية الانجاز لدى عينة الدراسة.

نتائج الدراسة:

- ✓ مساعدة المعاق حركيا على اكتساب الشخصية السوية وذلك بتهيئة الجو المناسب منذ المراحل الأولى التي يمر بها أثناء عملية التدريب .
- ✓ نضع في الاعتبار أن المعاق حركيا يحتاج إلى فهم حتى يستطيع المدرب التنبؤ بسلوكه وتقدير الذات وفهمها هو السبيل الموصل لذلك.
- ✓ مساعدة المعاق حركيا على فهم ذاته وتقديرها التقدير الإيجابي حتى يستطيع أن يقدر إمكاناته وقدراته تقديرا جيدا حتى يتسنى له استغلال الفرص المتاحة، وأن ينمي قدراته بذكاء ويحدد اختياراته المستقبلية تبعا لقدراته الحقيقية كما أدركها هو.
- ✓ على المدرب أو المساعد النفسي أن يفهم ويقدر دوره الهام في تنمية مفهوم الذات عند المعاقين حركيا ، وتعليمهم ما يمكنهم من أن يعيشوا في أسعد حال.
- ✓ ضرورة تنمية الدافع للإنجاز لدى المعاقين حركيا وذلك برفع مستوى الأداء والمثابرة وروح التنافس
- ✓ لابد من التوسع في إنشاء أجهزة و مراكز توجيه وإرشاد المعاقين حركيا وتدعيم الجهات المسؤولة على رعايتهم.

الاقتراحات و التوصيات:

- ✓ دراسة تقدير الذات عند المعاقين حركيا لفريق النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة.
- ✓ دراسة أهم المحاور الاجتماعية المؤثرة على تكوين مفهوم الذات عند المعاقين حركيا.
- ✓ دراسة حول التفاعل الاجتماعي داخل الفريق وأثره على تكوين مفهوم الذات .
- ✓ دراسة علاقة الدافعية للإنجاز بالسياق النفسي الاجتماعي بوجه عام و بأساليب التدريب.
- ✓ علاقة طرق التدريب الرياضي بتقدير الذات وانعكاسها على دافعية الإنجاز عند المعاقين حركيا.
- ✓ دور الجمهور في تكوين مفهوم الذات عند المعاقين حركيا.

قائمة المصادر و المراجع



المراجع المعتمدة في الدراسة:

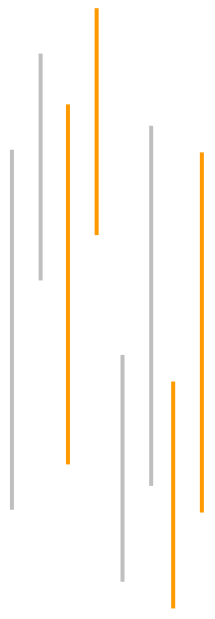
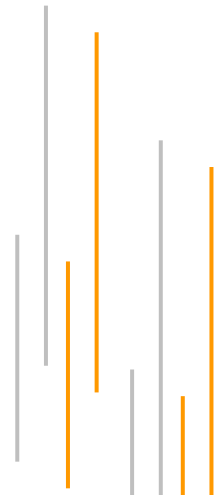
المراجع العربية:

- 1- أسامة كمال راتب: "دوافع ممارسة النشاط الرياضي" دار الفكر العربي، لقاهرة، 1990.
- 2- أحمد عزت راجح: "أصول علم النفس" الطبعة الثانية عشر دار المعارف، القاهرة، 2007.
- 3- إبراهيم أحمد أبو زيد: "سيكولوجية الذات والتوافق" دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1987.
- 4- إدوارد. ج موراي "الدافعية و الانفعال" ترجمة أحمد سلامة عثمان نجاتي الطبعة لأولى، دار الشروق القاهرة، 1988.
- 5- العياشي بن زروق: الرضا الوظيفي لدى مدرسي المدرسة الأساسية" رسالة ماجستير علم النفس التربوي، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر، 1966.
- 6- حامد عبد السلام زهران: "التوجيه و الإرشاد النفسي" الطبعة الثانية عالم الكتب، مصر، 1994.
- 7- حلمي المليحي: "علم النفس الشخصية" دار النهضة العربية، بيروت، ط.1، 2001.
- 8- حمدي علي الغرابوي: "دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة والاتجاهات المعاصرة" دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- 9- حافظ الجمالي: علم النفس الاجتماعي " مترجم، منشورات دار مكتبة الحياة، بيروت، ط2، 1967.
- 10- حامد عبد السلام زهران: "دراسات في الصحة النفسية و الإرشاد النفسي" الطبعة الأولى عالم الكتب مصر، 2004.
- 11- حداد نسيمية: "علاقة الدافع للإنجاز قلق حالة قلق سمة بالنجاح في البكالوريا" رسالة ماجستير في علوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر، 1992.
- 12- حامد عبد السلام زهران: "الصحة النفسية و العلاج النفسي" الطبعة الثانية عالم الكتب، مصر، 1977.
- 13- حامد عبد السلام زهران: "علم نفس النمو الطفولة و المراهقة" الطبعة الخامسة، عالم الكتب، مصر، 1995.
- 14- دويدار عبد الفتاح محمد: "العلاقة بين مفهوم الذات و الاتجاهات" دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 15- رشاد علي عبد العزيز موسى: "علم النفس الدافعية" دار النهضة العربية، 1994.

- 16- سامي محمد ملحم: "مناهج البحث في التربية و علم النفس" الطبعة الرابعة دار المسيرة، الأردن، 2006.
- 17- سعد جلال: "المرجع في علم النفس"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.
- 18- سامي مصطفى(وآخرون): "القياس والتشخيص في التربية الخاصة" عمان، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، 2006.
- 19- صالح محمد علي أبو جادو: "سيكولوجية التنشئة الاجتماعية" الطبعة الخامسة دار المسيرة عمان الأردن، 2006.
- 20- صالح محمد علي أبو جادو: "علم النفس التربوي" الطبعة الأولى دار المسيرة للنشر و التوزيع الطباعة، عمان، 1998.
- 21- صالح محمد علي أبو جادو: "علم النفس التربوي" الطبعة الخامسة دار المسيرة ،عمان الأردن، 2005.
- 22- صلاح الدين محمود علام: "القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة"، دار الفكر العربي ط1، القاهرة، 2000.
- 23- صالح محمد علي أبو جادو. علم النفس التربوي ، ط 2، عمان ،دار المسيرة ،. 2000.
- 24- عبد الفتاح محمد دويدار: "سيكولوجية السلوك الإنساني" الطبعة الأولى دار المعرفة الجامعية ،الإسكندرية، 2005.
- 25- عبد الفتاح دويدار: "المرجع في مناهج البحث في علم النفس و فنيات كتابة البحث العلمي" الطبعة الرابعة، دار المعرفة الجامعية ،مصر، 2005.
- 26- عبد الهادي السيد عبده فاروق:، السيد "عثمان القياس و الاختبارات النفسية" أسس و أدوات " الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر، 2002.
- 27- علي أحمد عبد الرحمن عياصرة: "القيادة و الدافعية في الإدارة التربوية" الطبعة الأولى ، دار الحامد للنشر و التوزيع ،عمان الاردن، 2006.
- 28- عبد الرحمان صالح الأزرق: "علم النفس التربوي للمعلمين"، دار الفكر، 2000.
- 29- عبد اللطيف خليفة: "الدافعية للإنجاز"، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ،مصر، 2000.
- 30- عبد الحميد محمد الهاشمي "المرشد في علم النفس الاجتماعي" ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط.1، 1984.

- 31- علي أحمد عبد الرحمان عياصرة: "القيادة والدافعية في الإدارة التربوية" ، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، ط.1،الأردن، 2006.
- 32- عبد الرحمان صالح الأزرق: "علم النفس التربوي للمعلمين" ط 1، مكتبة طرابلس العادلة، ليبيا ، 2000.
- 33- عبد المنعم حنفي: "موسوعة علم النفس والتحليل النفسي" ، دار الملايين ،ط.2، القاهرة، 1976.
- 2000.دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 34- مجدي أحمد عبد الله: "السلوك الاجتماعي و دينامياته" الطبعة الأولى،
- 35- محمد بني يونس: "مبادئ علم النفس" الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الأردن،2004.
- 36- محمد محمود بني يونس: "سيكولوجيا الدافعية و الانفعالات" الطبعة الأولى دار المسيرة للنشر والتوزيع،2007.
- 37- مصطفى حسن باهي، أمينة شبلي: "الدافعية نظريات وتطبيقات، مركز الكتاب للنشر، مصر،1998.
- 38- محمد حسن علاوي: ،"مدخل في علم النفس الرياضي" ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة ، 1998.
- 39- محمد عثمان نجاتي: "علم النفس الصناعي" ط1، مطابع الهرم ، ،القاهرة 1994.
- 40- محمد عوض بسيوني فيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية" ديوان المطبوعات الجامعية ط2، 1992.
- 41- وينفرد هوبر : "مدخل إلى سيكولوجية الشخصية"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،1975.
- 42- وينفرد هوبر: "مدخل إلى سيكولوجية الشخصية" ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،1995.
- 43- فيوليت فؤاد إبراهيم، عبد الرحمان سيد سليمان: "دراسات في سيكولوجية نمو الطفولة والمراهقة" عين الشمس، القاهرة، 1995
- 44- ليلي عبد الحميد حافظ: "مقياس تقرير الذات للكبار والصغار" دار النهضة المصرية، القاهرة،1985.
- 45- فاروق عبد الفتاح، محمد أحمد الدسوقي: "كراس التعليمات اختبار تقدير الذات الأطفال"، دار الثقافة للطباعة والنشر، جامعة الرقازيق،1981.
- 46- فاخر عاقل: "علم النفس التربوي" دار العلم للملايين ط 1 ، القاهرة،1982.
- 47- يوسف مصطفى القاضي و اخرون : "الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي" دار المريخ للنشر، الرياض،2002.

الملاحق



مقياس تقدير الذات بصورته النهائية

رقم الع بارة	العبارات	الاجابة		
		تنطبق	الى حد ما	لا تنطبق
1	أعتقد بأن مستوى ذكائي ليس في المستوى المطلوب			
2	لست راضيا عن علاقتي الاجتماعية مع كثير من الناس			
3	عادة ما أشعر بالراحة النفسية و السعادة في حياتي			
4	أحيانا ينتابني إحساس بان شكلي غير مقبول			
5	أعتقد بأن أهدافي تتناسب تماما مع مستوى قدراتي العقلية			
6	أحظى باحترام الناس لي بدرجة تجعلني راض عن نفسي			
7	أحس بأن علاقتي بإخوتي حسنة للغاية			
8	لا أستطيع إخفاء انفعالاتي عندما يضايقني أمر من الأمور			
9	أعتقد أنني لست جذابا بالنسبة للجنس الاخر			
10	أبذل قصارى جهدي لتنمية قدراتي العلمية.			
11	أشعر أنني عضو له دور مهم في المجتمع			
12	يؤخذ رأيي في كثير من الموضوعات الخاصة بالأسرة			
13	أستطيع ضبط نفسي و السيطرة على تصرفاتي في المواقف المثيرة			
14	أتمتع بقدر مقبول من اللياقة البدنية			
15	لا أميل إلى زيارة المعارض و المتاحف			
16	أعتقد أنني أفضل من كثير من الناس			
17	استشير بعض أفراد أسرتي عند القيام بأمر من الأمور المهمة			

			أعتمد دائما على نفسي و مهاراتي في مواجهة المواقف و المشكلات.	18
			أشعر بأن حجم جسمي متناسب تماما مع وزني	19
			أحب دراسة مواد تخصصي و أطلع على ما يقع بين يدي منها	20
			أشعر بأني غير راض عن مجموعة أصدقائي	21
			تضايقني زيارات الأقارب	22

الاجابة			العبارات	رقم
لا تنطبق	الى حد ما	تنطبق		العبارة
			أعرف بأن قدراتي العلمية أعلى مما هو متاح لي حاليا في الدراسة و العمل	23
			اشعر بان صحتي ليست على ما يرام	24
			أستمع كثيرا عند سماع الموسيقى أو الشعر أو الغناء.	25
			أشعر في كثير من المواقف بأن ليس لي أصدقاء	26
			يسعدني دائما حضور الجلسات العائلية مع أفراد أسرتي	27
			أشعر أحيانا بأني لا أصلح لأي عمل من الأعمال	28
			لا أهتم كثيرا بمتابعة البرامج و الندوات العلمية في الإذاعة	29
			لا ينصت زملائي كثيرا لما أقوله	30
			لا يمكنني القيام بكثير من الأعمال بنفس الدرجة التي يقوم بها الآخرون	31
			لا أميل إلى دراسة و تعلم اللغات الأجنبية	32
			يطلب مني أغلب أصدقائي مساعدتي في حل مشكلاتهم الخاصة	33

			أشعر دائما بالثقة في النفس مهما كانت الأمور التي سأواجه	34
			لا أرغب عادة في حضور المناسبات الاجتماعية و الحفلات العامة	35
			أهتم دائما بممارسة هواياتي المفضلة	36
			لا أحب بعض الناس ممن أعرفهم لأنهم ينتقدونني.	37
			لا أعرف أحيانا كيف أستمتع بوقت فراغي	38

مقياس دافعية الإنجاز بصورته النهائية

رقم الع بارة	العبارات	الاجابة		
		تنطبق	الى حد ما	لا تنطبق
1	أحب القيام بأي عمل مهما كلفني ذلك من جهد			
2	استطيع أداء نفس العمل لساعات دون الشعور بالملل			
3	أسعى دائما إلى إدخال تعديلات مهمة لصالح العمل			
4	كثيرا ما تمر الأيام دون أن أعمل شيئا يذكر.			
5	اجتهد دائما في عملي لأتفوق على مع من أعمل معهم			
6	أعتقد بأنني شخص يكتفي بالقليل من الآمال والطموحات			
7	أفضل تأدية عملي بمستوى متوسط من الإتقان إذا كان تحقيق المستوى الأعلى يكلفني وقتا و جهدا كبيرا			
8	لا أعتقد أن مستقبلي يسوف يكون مرهون بظروف الحظ و الصدفة			
9	أشعر بأن الدخول في تحديات مع الآخرين لا فائدة منه			
10	كلما و جدت العمل الذي أقوم به صعبا ازداد إصراري على إنجازه.			
11	أعتقد أن وضعي الحالي أفضل ما يمكن الوصول إليه			
12	أشعر بأنني مجتهد و مثابر في عملي كمدرس			
13	أجتنب غالبا القيام بالمهام و المسؤوليات الصعبة في عملي			
14	لا أشعر غالبا بمرور الوقت عندما أكون مشغولا في عملي			
15	أميل أحيانا إلى التراجع عن موافقي أمام الخصوم إذا كان الإصرار عليه يسبب لي متاعب صعبة			

			16 لا أفكر كثيرا في إنجازاتي السابقة بل أفكر في التخطيط
			17 أحرص دائما على أن يكون وقت العمل في مقدمة اهتماماتي
			18 أحرص دائما على الاشتراك في المسابقات ذات صلة بمجالات اهتمامي كلما أتاحت لي الفرصة لذلك
			19 أنسحب غالبا بسهولة عندما توجهني مشاكل صعبة في عملي
			20 تستهويني الأعمال التي تتسم بجو التنافس و التحدي
			21 أستعد دائما لأداء الأعمال الصعبة التي تتطلب مجهودا في تحقيقها
			22 أدائي لعملي يكون في وقته

رقم الع بارة	العبارات	الاجابة		
		تنطبق	الى حد ما	لا تنطبق
23	كلما حققت هدفا و وضعت لِنفسي أهدافا أخرى مستقبلية			
24	أشعر باليأس أحيانا في عدم إيجاد الحلول للمصاعب التي تعترض حياتي			
25	كثيرا ما أشعر بعدم قدرتي على القيام بما و عدت به سابقا			
26	أبذل ما في و سعي أكثر من مرة حتى أحقق أهدافي			
27	أشعر بالضيق من ضعف كفاءتي في العمل			
28	لا أتهاون أبدا في إنجاز مسؤولياتي على أكمل وجه و إن كانت الظروف المحيطة بي تسمح بالتهاون			
29	إذا دعيت لشيء ما أثناء العمل فأني أعود إلى عملي على الفور			
30	لا أفكر كثيرا في البحث عن طرق أخرى بديلة عندما تفشل الطريقة السابقة في بلوغ أهدافي			
31	لم أعد أتحمّل المصاعب الكثيرة التي توجهني في أداء عملي			