

الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى
طلاب الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية
في العراق

أ. د. حامد سليمان حمد الدليمي - صباح حسن فرحان

المخلص

الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية لكليات

التربية الرياضية في العراق

أ. د حامد سليمان حمد الدليمي - صباح حسن فرحان

يعد الاغتراب قضية بالغة الأهمية، وهي تكثر لدى الطلاب الذين يعانون من عدم الاستقرار والضيق والقلق، وإن الواقع الذي يعاني منه الطالب العراقي الذي يقبل في إحدى الجامعات داخل أو خارج محافظته لدراسة في ظل الظروف القاسية التي أحاطت به لاسيما السنوات التي تلت أحداث 2003\4\9، إذا كانت تلك الأحداث واسعة وعلى كافة الأصعدة الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، حيث أثرت بصورة سلبية على سلوك أفراد المجتمع العراقي بشكل عام والطالب الجامعي بشكل خاص، لأنها تترك آثار سلبية في الصحة النفسية واضطراب بالشخصية، من خلال الخوف والقلق والارتباك وعدم التفاعل الاجتماعي، ونتيجة هذه كله يعيش الطالب في الأقسام الداخلية وهو بعيد عن الأهل والأسرة والأصدقاء، وكذلك المجتمع الذي يعيش فيه، حالة من الشعور بالاغتراب والاضطرابات في الشخصية نتيجة لمعاناته.

لذا هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في العراق. واستخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية على عينة اختيرت بصورة عمدية بلغت (38) طالب وكانت نسبتهم (18,26%) من مجتمع البحث الكلي. وقد استخدم مقياس الاغتراب النفسي ومقياس الصحة النفسية. وبعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تبين أن طلاب الأقسام الداخلية لا يعانون من الاغتراب النفسي، وإنهم يتمتعون بصحة نفسية داخل الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية في العراق. فضلاً عن وجود علاقة ارتباط بين الاغتراب النفسي و الصحة النفسية. لذا يوصي الباحثان بالاهتمام بالأقسام الداخلية وتوفير جميع مستلزمات الضرورية للطلاب لغرض خلق شعور لدى الطالب انه في منزلة وتهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطلاب ويبعد عنهم الشعور بالاغتراب من خلال التعرف على مشاكلهم ومساعدتهم على حلها سواء في الأقسام الداخلية أو في الكلية.

Abstract

Psychological alienation and its relationship to mental health of students at the internal departments of the faculties of Physical Education in Iraq

The alienation a very important issue, they abound in students who suffer from instability and loss, anxiety, and actually suffered by the Iraqi student who admitted to a university within or outside his province to study under the extreme conditions surrounding it, especially the years after the events of 9 \ 4 \ 2003, if those events and the wide range and at all levels of social, political and economic, which negatively affected the behavior of Iraqi society in general and university student in particular, because they leave a negative impact on mental health and disorder personality, through fear, anxiety, confusion and lack of social interaction, The result of this the whole student living in sections interior is far from parents, family and friends, as well as the community in which they live, a state of alienation and unrest in the result of personal suffering.

So study aimed to identify the relationship between psychological alienation and mental health of students at the first stage internal departments in the faculties f physical education in Iraq.

And use descriptive method and manner of relations relational survey sample was selected in a deliberate hit (38) students and the percentage (18,26%) of the overall research community. It has been used measure of psychological alienation and the measure of mental health. After collecting and processing statistical results show that the students of internal departments to Ayaanon of mental alienation, and that they are healthy psychological internal departments within the faculties of physical education in Iraq. As well as a correlation between psychological alienation and mental health. So the researchers recommended interesting sections of the Interior and to provide all the requirements necessary for students for the purpose of creating a sense of the student that in the status and create a climate university which satisfy the needs of students and put away their feeling of alienation by identifying their problems and help them resolve both internal departments or in college.

الباب الاول

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

يعد الاغتراب قضية بالغة الأهمية، وهي تكثر لدى الطلاب الذين يعانون من عدم الاستقرار والضيق والقلق، ويتميز بقلة تفاعله تجاه تحقيق طموحاته، ويشعر الفرد بإعراض نفسية كفقدان الإحساس بكيانه وبذاته كهوية مستقلة، ويفضل المغترب نفسياً العزلة والابتعاد عن الآخرين. وهو اضطراب في العلاقة التي تهدف إلى التوفيق بين مطالب الفرد وحاجاته ورغباته من ناحية وبين الواقع وابعادة من ناحية أخرى، وهو نوع من الخبرة التي يخبر بها المرء نفسه كغريب. فالشخص المغترب هو شخص فقد اتصاله بنفسه وبالآخرين، ويشعر فيه الشخص أنه ليس مندمجاً مع نفسه ومع الآخرين ويصاحبها الكثير من الأعراض التي تتمثل في العزلة والتمرد والرفض. (1) ويحاول الطالب الجامعي في كثير من الحالات أثناء تفاعله مع البيئة المحيطة به، أن يحصل على حالة إرضاء أو إشباع لدوافعه، وبذلك يستعيد حالة الاتزان والانسجام، ويمهد السبيل أمام استمراره في الدراسة الجامعية، وتحقيق الصحة النفسية التي تعني تلك الحالة التي يعيش فيها الفرد في سلام نسبي مع نفسه ومع العالم الخارجي ويكون علاقة مثمرة خلاقة، من خلال التلائم مع المتغيرات والظروف التي يعيش وسطها، وفي تحقيق القدر المعقول من التوافق، أي كلما شعر بالرضا اقترب من درجات الصحة النفسية، وإذا اصطدمت رغبات الطالب الجامعي مع نفسه ومع الطلبة في الأقسام الداخلية، فإن ذلك يؤدي إلى خلق عقبات في سبيل إرضاء دوافعه، نتيجة لما يلزمه من ضغوط دراسية أو نفسية أو اجتماعية، وكل ذلك قد يؤثر في حدة شعور الطالب الجامعي بالاغتراب وسوء التوافق، وأن الطلاب داخل الجامعة يصنعون لأنفسهم أهدافا يسعون لتحقيقها كالنجاح في نهاية العام الدراسي، وقد تكفل جهود بعضهم بالنجاح في نهاية العام، في حين يفشل الآخرون، وعليه فإن الطلاب الذين يتمتعون بدرجة كافية من صحة نفسية يكونون أكثر نجاحاً في تحصيلهم الدراسي من أولئك الطلبة الذين لا يتمتعون بالصحة النفسية. وتكمن أهمية الدراسة في الاهتمام بشريحة من الطلبة في الأقسام الداخلية نظراً لما يمثله الطالب من أهمية في البناء

¹ - زينب محمود شقير: العنف والاغتراب بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص122

الاجتماعي فصحة الطالب مؤشر من صحة المجتمع. وان معرفة أهم المشاكل التي قد يتعرضوا لها نتيجة ابتعادهم عن مناطق سكنهم والأصدقاء وذويهم يشعر الطالب بالاعتراب مما يؤثر على الصحة النفسية حيث يصاب بحالة الانطواء أو الاكتئاب أو سلوك عدواني, ولأهمية هذا الموضوع وعدم تناوله من قبل الباحثين حاول الباحثان إن يدرسا هذه المشكلة , لأنه معانات الطلاب في الأقسام الداخلية ضرورة مهمة يجب دراستها.

1-2 مشكلة البحث

إن الواقع الذي يعاني منه الطالب العراقي الذي يقبل في إحدى الجامعات داخل أو خارج محافظته لدراسة في ظل الظروف القاسية التي أحاطت به لاسيما السنوات التي تلت أحداث 2003\4\9, إذا كانت تلك الأحداث واسعة وعلى كافة الأصعدة الاجتماعية والسياسية والاقتصادية, حيث أثرت بصورة سلبية على سلوك أفراد المجتمع العراقي بشكل عام والطالب الجامعي بشكل خاص, لأنها تترك آثار سلبية في الصحة النفسية واضطراب بالشخصية, من خلال الخوف والقلق والارتباك وعدم التفاعل الاجتماعي, ونتيجة هذه كله يعيش الطالب في الأقسام الداخلية وهو بعيد عن الأهل والأسرة والأصدقاء, وكذلك المجتمع الذي يعيش فيه , حالة من الشعور بالاعتراب والاضطرابات في الشخصية نتيجة لمعاناته, وتظهر أعراض القلق والإرهاق النفسي والتعب والانفعال والخوف, وهذه كلها أعراض نفسية تسبب اضطراب الصحة النفسية , ومن خلال ماتقدم تكمن مشكلة البحث في :-
- هل يعيش الطلاب حالة اغتراب في الأقسام الداخلية؟.
- هل الاغتراب له علاقة في الصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية؟ .

1-3 هدفا البحث

- التعرف على درجة الاغتراب النفسي لدى طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في العراق .
- التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في العراق.

1-4 فرضية البحث

- وجود نسب متفاوتة في درجة الاغتراب النفسي لدى طلاب الأقسام الداخلية .

- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في العراق.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب التربية الرياضية المرحلة الأولى في الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية في العراق.

1-5-2 المجال الزمني: للمدة من 2012/3/25 إلى 2012/6/1.

1-5-3 المجال المكاني: الأقسام الداخلية لبعض كليات التربية الرياضية في العراق.

1-6 تحديد المصطلحات

1-6-1 الاغتراب النفسي

"حالة نفسية يجد فيها الفرد انه غريبا عن ذاته ، ولا يجد نفسه صانعا لعالمه وإعماله، أي انه لا يحس بصوره حقيقة بالمضمون العميق للذات ،فهو يشعر بالضعف في قدراته وإمكاناته ويشعر بالعجز عن تحقيق ذاته" (2)

1-6-2 الصحة النفسية

"حالة من الاتزان النفسي تتجلى في شخصية الطالب والتخطيط لمستقبله وحل مشكلاته والشعور بالرضا والسعادة والقدرة على موازنة أمور حياته وإشباع حاجاته وتحقيق طموحاته واعيا بإمكانياته الحقيقية ويشعر بالارتياح والابتعاد عن توهم المرض والتوافق مع الواقع وما فيه من معايير اجتماعية والإسهام في بناء المجتمع وتقديمه" (3).

1-6-3 الأقسام الداخلية

يعرفها الباحثان :هو المكان المخصص لإسكان الطلاب من قبل الجامعة وتقوم مديرية الأقسام الداخلية بالإشراف عليه. وتكون مسئولة عن كافة الخدمات داخل الأقسام ويسكن الطلاب في الأقسام الداخلية من الذين يأتون من المحافظات الأخرى أو المناطق البعيدة من نفس المحافظة .

² - Fromm, E., The Escape of Freedom New York Rinehart & Company, Ink.1941.p.36

³ - سهام كاظم نمر: مقياس الصحة النفسية وعلاقته بسمات الشخصية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، بناء وتطبيق، أطروحة دكتوراه، كلية التربية بنات، جامعة بغداد، 2009، ص25.

الباب الثالث

3- منهجية البحث وأجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

استخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث كما انه "يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية" (4)

3-2 مجتمع البحث وعينته

إن اختيار عينة البحث يعتمد على طبيعة الظاهرة المراد دراستها والإمكانات المادية والفنية المتاحة والوقت اللازم للدراسة وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته "فأنة يلجأ إلى جمعها إما من المجتمع الأصلي كله أو عينة ممثلة لهذا المجتمع" (5), ومن ثم يعمم نتائج العينة على المجتمع إذا كانت العينة ممثلة تمثيلاً جيداً للمجتمع , وتم اختيار العينة بصورة عمدية نتيجة لما تتطلبه طبيعة البحث , حيث بلغ مجموع مجتمع البحث (208) طالب موزعة كما في جدول (1) من طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى لكليات التربية الرياضية في العراق واختير (12) طالب من جامعة الأنبار/كلية التربية الرياضية كعينة تجربة استطلاعية , وتم تقسيم مجتمع البحث إلى ثلاث مناطق كما في جدول (2) وان مجموع عينة البحث (38) طالب وبلغت نسبة العينة (18,26%) من مجتمع البحث الكلي.

جدول(1) يبين إعداد الطلبة في الأقسام الداخلية في كليات التربية الرياضية في العراق

ت	الكلية	العدد
1	جامعة البصرة / كلية التربية الرياضية	10
2	جامعة بابل/ كلية التربية الرياضية	4
3	جامعة المستنصرية/كلية التربية الرياضية	14
4	جامعة تكريت/ كلية التربية الرياضية	38
5	جامعة صلاح الدين /كلية التربية الرياضية /اربيل	14
6	جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية	62
7	جامعة ديالى/ كلية التربية الرياضية	10
8	جامعة سلیمانیه/ كلية التربية الرياضية	34
9	جامعة ميسان/ كلية التربية الرياضية	8
	المجموع	208

4 - وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومنهجه , دارا لحكمة للنشر والتوزيع , بغداد , 1993, ص 297 .
5 - عامر إبراهيم قنديلجي: البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات , ط1, دار البازوردي العلمية للنشر والتوزيع , عمان , 1999 , ص 137-138.

جدول (2) يبين توزيع العينة على مناطق العراق

ت	المنطقة	الكلية	العدد الكلي
1	المنطقة الجنوبية	جامعة البصرة /كلية التربية الرياضية	10
2	المنطقة الوسطى	جامعة المستنصرية/ كلية التربية الرياضية	14
3	المنطقة الشمالية	جامعة صلاح الدين /كلية التربية الرياضية /اربيل	14
	المجموع		38

3-3 أدوات ووسائل جمع المعلومات

من اجل الحصول على بيانات دقيقة وصحيحة للوصول إلى الهدف من الدراسة الحالية استفاد الباحث من الأدوات والوسائل التالية:

- الحاسبة الالكترونية(لاب توب) dell صيني الصنع .
- حاسبة الكترونية صغيرة نوع شارب ياباني الصنع .
- المصادر العربية والأجنبية.
- مقياس الاغتراب النفسي.
- مقياس الصحة النفسية .

3-4 المقاييس المستخدمة في البحث:

3-4-1 مقياس الاغتراب النفسي

استخدم مقياس الاغتراب النفسي المعد من قبل (صلاح الدين احمد الجماعي) (6) لأنه مطبق على طلبة الجامعة , لهذا يمكن الاستفادة منه في دراستنا وقد قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء ملحق (1) لبيان مدى ملائمته لموضوع البحث وتم اخذ نسبة اتفاق (80 %) , وتألف من ستة محاور هي (الشعور بالعجز, اللامعنى, العزلة الاجتماعية, اللامعيارية, العزلة الفكرية والاعتراب عن الذات) وكان عدد فقراته (80) فقرة, ووضعت خمسة بدائل للإجابة هي (موافق تماما , موافق, موافق إلى حد ما, غير موافق,

غير موافق (إطلاقاً) تعطى على التوالي (1,2,3,4,5) للفقرات السلبية وبالعكس للفقرات الايجابية (7) .

4-2 مقياس الصحة النفسية

استعان الباحثان بمقياس الصحة النفسية التي عدلته (علياء نصير عبيس 2010) (8) , لأنة مطبق على طلبة الجامعة, تم الاستفادة منه في الدراسة الحالية, وبعد أن تم اختياره من قبل الخبراء وعرضت فقراته ومحاورة على المختصين , لتحديد صلاحياتها واخذ نسبة اتفاق (80%) , وتألف مقياس الصحة النفسية من (55) فقرة, موزعة (30) فقرة ايجابية و(25) فقرة سلبية, وبدائل الإجابة (دائماً, كثيراً, أحياناً, نادراً, أبداً) (1,2,3,4,5) للفقرات الايجابية و(1,2,3,4,5) للفقرات السلبية, ويتكون المقياس من تسع مجالات هي(النظرة الواقعية للحياة, مستوى الطموح , الثبات الانفعالي , التفكير العلمي, مفهوم الذات , ميل الطالب لإبداء المساعدة للزملاء وللآخرين , المرونة الحاجات النفسية, اللاوهن العصبي).

3-4-3 الأسس العلمية للمقياسين

3-4-3-1 الثبات

يعد الثبات من الحقائق المهمة للمقاييس النفسية ,حيث يشير ثبات الاختبار إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد في مرات الإجراء المختلفة وهناك عدة طرق لحساب الثبات مثل إعادة التطبيق والصور المتكافئة والتجزئة النصفية ومعادلة الفاكرونباخ (9), لذا اختار الباحثان طريقة التجزئة النصفية لمعرفة ثبات الاختبار, على عينة تألفت من (12) طالب ثم قسمت إجابات مقياس الاغتراب والصحة إلى نصفين (زوجي وفردى) ثم استخرج الارتباط بين درجات النصفين باستعمال معامل الارتباط بيرسون وقد أظهرت النتائج إن معامل الارتباط للاغتراب بلغ (0,87) والصحة (0,89) .

7- صلاح الدين احمد الجماعي: الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقتها بالتوافق النفسي. مكتبة مبدولي القاهرة, 2007 ص193.

8- علياء نصير عبيس: الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة كربلاء, رسالة ماجستير, كلية التربية, علم النفس, جامعة كربلاء, 2010, ص86.

9- ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية, ط4, دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, عمان 1999, ص144.

3-4-3-2 الصدق

يعد الصدق من الخصائص السايكومترية المهمة للاختبارات, فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس القدرة أو الاتجاه أو الاستعداد أو الظاهرة , الذي وضع الاختبار لقياسه(10). وقد استخدم نوع من الصدق وهو صدق المحكمين, وذلك بعرض المقياس على الخبراء والمحكمين لإبداء آرائهم حول صلاحية فقراته وكذلك للحكم على ملائمة بدائل الإجابة وقد أخذت نسبة اتفاق(80%) فما فوق وقد حصل المقياسين على نسبة اتفاق (90%).

3-4-3-3 الموضوعية تعني الموضوعية "مدى التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأراءة أو أهوائه الذاتية وميوله الشخصية" (11), يجب إن تكون الأسئلة غير خاضعة لتأويل بحيث يكون لسؤال جواب واحد فقط ولا يترك مجالاً للالتباس عند ذلك يتصف الاستبيان أو المقياس بالموضوعية وقد قام الباحث ومن خلال فريق العمل المساعد(•) بشرح الغرض من الاختبار وكيفية الإجابة عليه لضمان دقة الإجابة من قبل أفراد العينة .

3-5 التجربة الاستطلاعية

إن الهدف من القيام بالتجربة الاستطلاعية هو التأكد من مدى وضوح فقرات المقياس والتعرف على السلبيات والمعوقات التي قد ترافق تطبيق تجربة البحث. في صباح يوم 2012/3/25 أجريت التجربة الاستطلاعية على عينة من طلاب الأقسام الداخلية المرحلة الأولى لكلية التربية في جامعة الأنبار من خارج عينة البحث الرئيسية حيث بلغ عدد الطلاب (12) طالب. وكان الهدف من هذه التجربة هو: التحقق من مدى وضوح التعليمات وفهم العبارات والصعوبات التي قد تواجه الباحثان في توزيع استمارات مقياسي الاغتراب النفسي والصحة النفسية, وتبين ان تعليمات العبارات مفهومة للجميع المجيبين. كفاءة المقياس المستخدمة من خلال قياس ثبات الاختبارات وصدقها وموضوعيتها كفاية فريق العمل المساعد.

¹⁰ - قيس ناجي, بسطويسي احمد: الاختبارات ومبادئ الإحصاء في مجال الرياضي, مطبعة التعليم العالي, بغداد, 1987, ص67.
¹¹ - مروان عبد المجيد إبراهيم: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية, دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, عمان, 1999, ص67
• تكون فريق العمل المساعد من :-

1- أ.د. صفاء الدين طه الحجار- جامعة صلاح الدين/ كلية التربية الرياضية
2- أ.د. علي سلمان -جامعة المستنصرية/ كلية التربية الرياضية
3- أ.د. حاجم شاني عوده - جامعة البصرة/كلية التربية الرياضية

الوقت اللازم للإجابة على المقياسين تراوح (25-40).

3-6 التجربة الرئيسية للبحث

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية قام الباحثان في الساعة العاشرة صباحا وبتاريخ 4/3-2012/6/1 بتطبيق المقياسين من خلال توزيع استمارات مقياسي الاغتراب النفسي والصحة النفسية على (38) طالب، وذلك عن طريق اتصال فريق العمل المساعد مع أفراد العينة وشرح أهداف الدراسة، وكيفية الإجابة على عبارات المقياسين وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم ترك أي عبارة بدون جواب.

وبعد جمع إجابات العينة قام الباحثان بتفريق البيانات اعتمادا على أوزان فقرات المقياسين وبعد ذلك تم الحصول على درجات الخام لنتائج الاختبارين من خلال معالجتها وتحويلها إلى درجات نهائية.

3-7 الوسائل الإحصائية

استخدمت الحقيبة الإحصائية (spss) لاستخراج النتائج وباستخدام الوسائل التالية:

النسبة المئوية

الوسط الحسابي

الوسط الفرضي

الانحراف المعياري

معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

الباب الرابع

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل نتائج مقياس الاغتراب النفسي لدى عينة البحث ومناقشتها

جدول (3) يبين المعالم الإحصائية لمقياس الاغتراب النفسي لدى عينة البحث					
الوسائل الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	أعلى قيمة	أقل قيمة
مجاميع عينة البحث					
طلاب جامعة البصرة	233,7	40,8	240	321	180
طلاب الجامعة المستنصرية	184,5	58,7		294	104
طلاب جامعة صلاح الدين	232,78	31,7		307	185

يتبين من الجدول (3) ان طلاب جامعة البصرة حققوا وسط حسابي بلغ (233,7) في مقياس الاغتراب النفسي وبانحراف معياري بلغ (40,8) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (321) واقل قيمة بلغت (180), أما طلاب الجامعة المستنصرية حققوا وسط حسابي بلغ (184,5) في مقياس الاغتراب النفسي وبانحراف معياري بلغ (58,7) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (294) واقل قيمة بلغت (104), بينما طلاب جامعة صلاح الدين حققوا وسط حسابي بلغ (232,78) في مقياس الاغتراب النفسي وبانحراف معياري بلغ (31,7) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (307) واقل قيمة بلغت (185). كما تبين من الجدول (3) أن قيمة الوسط الحسابي الفرضي بلغت (240) هي اكبر من قيم الأوساط الحسابية لمجاميع عينة البحث , وهذا يعني أن طلاب الجامعات الثلاث لم يصلوا إلى حد الاغتراب النفسي كون قيم وسطها الحسابي اقل من الوسط الحسابي الفرضي. ان انخفاض الوسط الحسابي لدى طلاب الأقسام هو بسبب ظروف التنشئة الاجتماعية في المجتمع والأوساط الدراسية السابقة تجعلهم أكثر قدرة على التفاعل الاجتماعي وتوفر الظروف الملائمة في الأقسام الداخلية أدت إلى انخفاض الاغتراب والقدرة على التكيف مع البيئة الجديدة وهنا يذكر حامد زهران (1997) "ان من الممكن ان يصبح أي شيء يعوق عملية التنشئة الاجتماعية والاندماج الاجتماعي مصدر للضغط والاضطراب النفسي ولاشك ان التنشئة الاجتماعية غير السوية تخلق احباطات وتوترات لدى الفرد" (12).

2-4 عرض وتحليل نتائج مقياس الصحة النفسية لدى مجاميع عينة البحث ومناقشتها

جدول (4)						
يبين المعالم الإحصائية لمقياس الصحة النفسية لدى عينة البحث						
مجاميع عينة البحث	الوسائل الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	أعلى قيمة	أقل قيمة
طلاب جامعة البصرة		177,7	19,26	165	212	156
طلاب الجامعة المستنصرية		217,85	20,39		258	186
طلاب جامعة صلاح الدين		182,64	22,7		222	141

¹² - إجلال محمد سرى. الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية, مجلة كلية التربية عين شمس. عدد17, جزء1. القاهرة , 1993, ص77 .

يتبين من الجدول (4) ان طلاب جامعة البصرة حققوا وسط حسابي بلغ (177,7) في مقياس الصحة النفسية وبانحراف معياري بلغ (19,26) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (212) واقل قيمة بلغت (156), أما طلاب الجامعة المستنصرية حققوا وسط حسابي بلغ (217,85) في مقياس الصحة النفسية وبانحراف معياري بلغ (20,39) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (258) واقل قيمة بلغت (186), بينما طلاب جامعة صلاح الدين حققوا وسط حسابي بلغ (182,64) في مقياس الصحة النفسية وبانحراف معياري بلغ (22,7) بينما بلغت أعلى قيمة لهذا المقياس (222) واقل قيمة بلغت (141). كما تبين من الجدول (4) أن قيمة الوسط الحسابي الفرضي بلغت (165) وهي اقل من قيم الأوساط الحسابية لمجاميع عينة البحث, وهذا يعني أن طلاب الجامعات الثلاث قد اجتازوا مقياس الصحة النفسية كون قيم أوساطها الحسابي اكبر من الوسط الحسابي الفرضي. ويعزو الباحث ذلك إلى ان طلاب الأقسام الداخلية ادركوا الواقع وتكيفوا مع إحداث الحياة اليومية والمواقف المهددة بالخطر كالحروب والأزمات وتعاملوا معها بواقعية لتحقيق التوازن مع أنفسهم ومع بيئتهم والتكيف الاجتماعي عمل كمتغير بيئي عازل للضغط النفسي, وهو بذلك يعمل على تقليل من حالة الكرب النفسي وتوفر الأماكن الترفيهية والضروف الملائمة سواء في القسم او في البيئة التي يعيش فيها أدت ارتفاع مستوى الصحة النفسية لدى طلاب الأقسام الداخلية, وحيث ترى شروق كاظم (1991) ان الأفراد بعد مرور مدة طويلة على تعرضهم لخبرات او مواقف مهددة بالخطر يلجئون لتطوير استراتيجيات وطرق او وسائل مختلفة, فعالة ولاشعورية تمكنهم من مواجهة الضغوط والتعامل معها للمحافظة على بقائه وتوازن تفاعله مع البيئة, وان الدعم الاجتماعي له أهمية خاصة للمحافظة الصحة النفسية وان انعدامه يؤدي لاحتمال زيادة تعرض الأفراد للكرب النفسي(13) .

¹³ - شروق كاظم الجنابي: قياس الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة , رسالة ماجستير ,كلية الآداب, جامعة المستنصرية ,1991,

3-4 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين مقياس الاغتراب النفسي والصحة النفسية ومناقشتها

لغرض إيجاد العلاقة بين مقياس الاغتراب النفسي ومقياس الصحة النفسية تم معالجة

جدول (5) يبين قيمة معامل الارتباط بين مقياس الاغتراب النفسي والصحة النفسية		
مستوى دلالة الارتباط	مقياس الصحة النفسية	قيمة معامل الارتباط المحسوبة
معنوي	-0,337*	مقياس الاغتراب النفسي
ملاحظة / قيمة معامل الارتباط الجدولية عند درجة حرية 36 و مستوى خطأ $0,05 = 0,30$		

النتائج إحصائياً بواسطة معامل الارتباط البسيط، وكما هو مبين في الجدول (5). إذ بلغت قيمة معامل الارتباط المحسوبة (-0,337)، بينما بلغت قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,30) تحت درجة حرية (36) وبمستوى خطأ (0,05) ولما كانت القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، فهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوية، كما أن الإشارة السالبة تعني وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الطلاب الذين يعانون من درجة عالية في الاغتراب تكون درجة الصحة النفسية متدنية بشكل كبير والعكس صحيح وهذه النتيجة تبين اقتران ظاهرة الاغتراب بعدم إمكانية الفرد على تحقيق الصحة النفسية والتوافق مع الآخرين لأنه الاغتراب في حقيقة الأمر يؤدي إلى الخمول والانطواء مما يجعل الفرد غير فعال اجتماعياً وفاقداً القدرة على التفاعل الاجتماعي، وتتفق هذه النتيجة مع ماتوصل إليها دراسة (عادل محمد العقيلي 2004) (14) من وجود علاقة عكسية بين الاغتراب والأمن النفسي لدى جميع أفراد العينة وكذلك دراسة (خالدة إبراهيم ودنيا صاحب 2011) (15) من وجود علاقة طردية بين الاغتراب والوحدة النفسية. وتذكر (ساهرة عبد الله 1996) أن فكرة الفرد عن نفسه من أهم العوامل التي تؤثر في سلوكه، فإذا كانت هذه أفكاره حسنة متمسمة بالرضا والتقبل فإن ذلك يدفعه إلى التوافق مع أفراد المجتمع، أما الفرد الذي لا يتقبل نفسه فإنه يتعرض للمواقف الإحباطية التي تجعله يشعر بالعجز والفشل، وهذا ما يدفعه إلى الانطواء (16).

14 - عادل محمد العقيلي: الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، رسالة ماجستير، جامعة نابف للعلوم الأمنية، كلية الدراسات العليا، قسم العلوم الاجتماعية، 2004، ص 111.

15 - خالدة إبراهيم أحمد ودنيا صاحب: الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية الموصل، 2012، ص 90.

16 - ساهرة عبدالله الفياض: بناء مقياس مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بغداد، 1986، ص 34.

الباب الخامس

5- الإستنتاجات والتوصيات

1-5 الإستنتاجات

تبين أن طلاب الأقسام الداخلية لا يعانون من الاغتراب النفسي داخل الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية في العراق.

تبين ان طلاب الأقسام الداخلية يتمتعون بصحة نفسية داخل الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية في العراق.

إنّ الاغتراب النفسي له علاقة ارتباط معنوية عكسية مع الصحة النفسية .

2-5 التوصيات

الاهتمام بالأقسام الداخلية وتوفير جميع مستلزمات الضرورية للطلاب لغرض خلق شعور لدى الطالب انه في منزلة .

توفير مكتبات مع صالات ألعاب الرياضية وتوفير نادي اجتماعي في الأقسام الداخلية لخلق روح التفاعل الاجتماعي بين الطلاب

توفير مطعم وغسل و مكوى الملابس ويسعر مدعوم إلى الطلاب حتى يشعر الطالب انه قريب من جو البيت وانه الدولة توفر له العناية والاهتمام .

تهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطلاب ويبعد عنهم الشعور بالاغتراب من خلال التعرف على مشاكلهم ومساعدتهم على حلها سواء في الأقسام الداخلية أو في الكلية.

المصادر العربية والاجنبية

- ✉ إجلال محمد سرى. الأعتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية, مجلة كلية التربية عين شمس. عدد17، جزء 1. القاهرة , 1993.
- ✉ خالدة إبراهيم احمد ودنيا صاحب:الأعتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد,مجلة كلية التربية الرياضي الموصل , 2012 .
- ✉ زينب محمود شقير:العنف والاعتراب بين النظرية والتطبيق,ط1, دار الفكر العربي ,القاهرة,2001.
- ✉ ساهرة عبدالله الفياض :بناء مقياس مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة الابتدائية ,رسالة ماجستير ,كلية التربية ,جامعة بغداد , 1986 .
- ✉ سهام كاظم نمر: مقياس الصحة النفسية وعلاقته بسمات الشخصية لدى طلبة المرحلة الإعدادية, بناء وتطبيق , أطروحة دكتوراه, كلية التربية بنات, جامعة بغداد , 2009.
- ✉ شروق كاظم الجنابي :قياس الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة , رسالة ماجستير ,كلية الاداب, جامعة المستنصرية , 1991.
- ✉ صلاح الدين احمد الجماعي:الاعتراب النفسي والاجتماعي وعلاقتها بالتوافق النفسي, مكتبة مدبولي القاهرة,2007.
- ✉ عادل محمد العقيلي :الاعتراب وعلاقته بالأمن النفسي,رسالة ماجستير ,جامعة نايف للعلوم الأمنية ,كلية الدراسات العليا,قسم العلوم الاجتماعية,2004.
- ✉ عامر إبراهيم قنديلجي:البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات ,ط1, دار البازوردي العلمية للنشر والتوزيع ,عمان , 1999.
- ✉ عبدالله عبد الرحمن الكندي ,محمد عبد الدايم:مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية,ط1,مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع , 1999.
- ✉ علياء نصير عيسى :الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة كربلاء,رسالة ماجستير,كلية التربية, علم النفس ,جامعة كربلاء, 2010 .
- ✉ قيس ناجي, بسطويسي احمد:الاختبارات ومبادئ الإحصاء في مجال الرياضي,مطبعة التعليم العالي ,بغداد,1987.
- ✉ ليلى السيد فرحات :القياس والاختبار في التربية الرياضية ,ط4,دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع,عمان ,1999,
- ✉ مروان عبد المجيد إبراهيم :الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية,دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ,عمان,1999.
- ✉ وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي ومنهجه , دارا لحكمة للنشر والتوزيع ,بغداد , 1993.
- ✉ Fromm, E.,The Escape of Freedom New York Rinehart & Company ,Ink.1941.

ملحق (1)

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الأنبار كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا /ماجستير

استمارة استطلاع آراء الخبراء المختصين لتحديد مقياس الصحة النفسية ومقياس الاغتراب النفسي

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

اللقب	الاسم	الاختصاص	الكلية والجامعة
ا.د	نزار مجيد الطالب	علم النفس الرياضي	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية
ا.د	خالدة ابراهيم احمد	علم النفس رياضي	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات
ا.د	محمد جسام عرب	علم النفس الرياضي	رئاسة جامعة/الرياضة الجامعية بغداد
ا.د	عبد الواحد حميد الكبيسي	علم النفس	جامعة الأنبار /كلية التربية
ا.د	علي يوسف حسين	علم النفس الرياضي	جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية
ا.م.د	جاسم عباس علي	علم النفس الرياضي	جامعة تكريت / كلية التربية الرياضية
ا.م.د	عبد الودود احمد خطاب	علم النفس الرياضي	جامعة تكريت / كلية التربية الرياضية
أ.م.د	غازي صالح محمود	علم النفس الرياضي	جامعة المستنصرية /كلية التربية الرياضية
أ.م.د	عكله سليمان ألحوري	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل /كلية التربية الاساسية
ا.م.د	سعاد سبتي	أرشاد تربوي	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات

ت	(ملحق 2) مقياس الاقتراب النفسي	موافق تماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
1	اشعر وكأنني لا حول ولا قوة لي.					
2	ليست لي القدرة على اتخاذ أي القرار .					
3	ليس بمقدوري إن أفعل شيئا لمواجهة ما يعترضني من مشكلات.					
4	لا أستطيع إن أعبر عن رأيي بصراحة.					
5	لا أستطيع إن أقول لا بخصوص الأشياء التي ارفضها					
6	أجد من الصعب إن أتمسك بحقوقتي.					
7	ارثي حالي ,لأنني لا أستطيع تحقيق رغباتي .					
8	اشعر بأنني مسلوب الإرادة.					
9	اشعر بالعجز إثناء متابعة دراستي .					
10	لا أستطيع إن أبت في الأمور بصورة قاطعة.					
11	الحياة للقاءى ,وأنا لست من الأقوياء.					
12	لا أستطيع إن أدافع عما أؤمن به.					
13	لا أستطيع إن اخطط لحياتي بشكل صحيح .					
14	يصعب علي إن ابد عملا أيا كان .					
15	أستطيع إن أدافع بقوة عما أؤمن به.					
16	توجد لديه القدرة على اتخاذ أي قرار .					
17	لا أجد في حياتي هدفا أو غاية في هذه الدنيا.					
18	أرى إن العالم أصبح معقدا من حولي لدرجة لا افهمها					
19	لا أرى جدوى من أي شيء .					
20	اشعر بان هذا الواقع لا يهمني .					
21	إذا قدر لي إن أموت فلن أندم على حياتي لأنها كانت بغير معنى.					
22	إننا راض بان أحيا من غير أهداف .					
23	لا يوجد في الحياة ما يثير اهتمامي وهي جافة.					
24	استغرب ممن يقول إن للحب معنى واثر ا في الحياة.					
25	يشغلني التفكير بشأن وجودي ولا أرى أي معنى فيه.					
26	فقدت اهتمامي حتى بنفسي.					
27	لا أجد معنى للكلمات والعبارات التي تتداولها.					
28	الواقع لا يلبي مطالبتي ولو الحد الأدنى من المطالبتي					
29	اشعر انه لا معنى ولا فائدة لما أقوم به أو أنتجه					
30	الوجود جميل والأجل إن أعيشه .					
31	لا اشعر بالانتماء إلى مجتمعي					
32	اشعر كما لو إني وحيد في هذا العالم					
33	علاقتي بالآخرين سطحية تماما .					
34	غالبا ما أفضل ان أقضي وقت فراغي وحيدا مع نفسي					
35	حتى لو دعاني صديقي لزيارته فأنتني اعتذر له.					
36	لا أميل إلى المشاركة في النشاطات الاجتماعية رغم قدرتي على ذلك					
37	من الصعب إن أجد أصدقاء حقيقيين بين ناس هذا الزمن .					
38	اشعر في معظم الأحيان بالوحدة حتى لو كنت مع آخرين .					
39	أكرة وجود الناس من حولي.					
40	إن يتقدم المجتمع أو يتأخر فهذا أمر لا يهمني .					
41	لا أحب إن أكون موجودا في جو ملؤه الفرح .					
42	لست ممن يحسنون رواية الحكايات المسلية .					
43	اشعر بعدم الارتياح عندما أكون بين الناس .					
44	أميل إلى مشاركة في النشاطات الاجتماعية					
45	اشعر بالعزلة حتى بين اقرب الناس لي .					
46	(الغاية تبرر الوسيلة) شعار صحيح من وجهة نظري وينبغي أن يسود					
47	معظم الناس مستعدون لان يكذبوا من اجل التفوق على غيرهم .					
48	كل شيء في نظري سواء.					
49	لا توجد وسيلة مشروعة متميزة كي اجمع ثروة لتأمين مستقبلي					

50	الشيء المؤكد في هذه الحياة , انه لا شيء مؤكد
51	يحصل أن أخالف المعايير الاجتماعية ,كي أفوز على شخص يعارضني
52	أتطلع بلهفة إلى اليوم الذي يتخلص فيه المجتمع من قيمه وتقاليده.
53	كل شيء نسبي في الحياة ,ولا شيء يمكن الاعتماد عليه أو الاعتقاد به
54	كل القيم سلعة لمن يدفع أكثر
55	في هذا الزمان ,الحياة فيه للقوي ,والضعيف فيه محروم.
56	كل شخص إذا تعرض إلى مأزق فانه مستعد لان يكذب .
57	النصابين وحدهم هم الذين يفهمون ما يجري في المجتمع .
58	اشعر وكأني أصبحت لا أساوي شيئا
59	اشعر بانني غريب عن نفسي
60	إن التطرف الفكري مهما كان اتجاهه هو المناسب لهذا العصر
61	إننا لا أهتم بما يشغل الناس من برامج تلفزيونية وإخبار الصحف
62	يوم بعد آخر يزداد يقيني بعدم جدوى القيم أو المعايير في الحياة .
63	اشعر انه علاقتي مع معظم الناس مضطربة .
64	أخشى أن يأتي علي يوم أكون قد فقدت كامل إيماني بمن حولي
65	اعتقد أن العنف هو الوسيلة الوحيدة لتغيير ما هو قائم في هذا العصر
66	لا يحط الواقع الفكري من قيمتي فقط ,بل يعريني منها .
67	اشعر إنني لست ملتزما بتعاليم ديني
68	اشعر بكراهية شديدة لوضعي الفكري .
69	اعتقد أن هناك هوة (فجوة) بين ثقافتني وثقافة المجتمع
70	كثيرا ما أعيش صراعا مع نفسي
71	اشعر وكأني أدور في حلقة مفرغة بدون أي جدوى.
72	لا اشعر بأهميتي كإنسان.
73	لم اعد اعرف ماذا تريد ذاتي مني , وماذا أريد من ذاتي
74	كل القيم التي يسمونها نبيلة ,بما فيها الحب ,عديمة الفائدة .
75	الإنسان ليس أكثر من سلعة تباع وتشترى في سوق الحياة
76	اشعر بأنني في طريق ,وذاتي في طريق .
77	اخبط لأمر وأنفذ غيرة.
78	إننا وذاتي على وفاق شبة تام.
79	مهما افعل ,فإن أستطيع معرفة حقيقتي.
80	هناك صوت بداخلي يقول لي أنت عديم الفائدة

تحية طيبة -----

يروم الباحثان إجراء الدراسة الموسومة (دراسة علاقته بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية لطلاب الأقسام الداخلية لكليات التربية الرياضية في العراق) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال علم النفس الرياضي نرجو إبداء أرائكم القيمة لاختيار المقياس الأفضل من مقياس الصحة النفسية ومقياس الاغتراب النفسي . ولكم فائق الشكر والاحترام

الاسم الثلاثي :

اللقب العلمي :

التخصص الدقيق :

مكان :

التوقيع
الباحثان
التاريخ

ت	(ملحق 3) مقياس الصحة النفسية	دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	انظر إلى المستقبل بتفاؤل					
2	ارغب في تطوير حياتي					
3	اشعر باليأس عندما افشل في أداء عملي					
4	أرى أن الحياة متجددة					
5	اشعر أنني لا احصل على ما أتمناه					
6	أرى أن المشكلات التي تواجهني لا حل لها					
7	أستطيع إن احل مشكلاتي بهدوء					
8	أفكر بأكثر من سبب لمشكلاتي					
9	انزعج عندما احصل على درجات اقل مما أتوقع					
10	أستطيع أن أواجه الصعوبات التي تواجهني وأتغلب عليها					
11	أسعى أن أكون مثابرا في دراستي					
12	أتناقل من تحضير الواجبات المدرسية					
13	أتوقع إحراز درجات عالية في جميع الدروس					
14	أفضل الموضوعات الصعبة على السهلة					
15	أتمنى أن أكون شخصا بارزا في المجتمع					
16	أرد بسرعة على من يتجاوز علي					
17	أقبل النقد من زملائي وأتعامل مع مصدره بهدوء					
18	اختر من يمثلني في الصف ممن لديه كفاءة علمية					
19	أرى أن النجاح يعتمد على الحظ					
20	الجا إلى قراءة الطالع قبل إن أقدم على أي عمل					
21	أرى أن الحاسوب(الكومبيوتر)اخترع لقضاء وقت الفراغ والتسلية					
22	تجذبي كتب السحر					
23	الجا إلى قراءة الفنجان أو الكف للتعرف على مستقبلي					
24	يثير اهتمامي كل جديد في العالم					
25	أرى أن طولي ووزني غير متناسبين					
26	ارتبك عندما أتحدث مع زملائي					
27	اشعر أن زملائي لا يحبونني					
28	أتمنى لو أكون شخصا آخر					
29	ينتابني إحساس بانني سأفشل مستقبلا					
30	أرى أن شكلي جذاب					
31	أرى أنني شخص مهم في الصف					
32	أستطيع التعبير عن نفسي					
33	لدي ثقة عالية بنفسني					
34	اشعر أنني عديم الفائدة					
35	اعتذر من زملائي عندما اتاخر عن الموعد المحدد					
36	أتضايق من ضعف احترام زملائي للنظام					
37	اعتقد أن تقديس الواجب مسالة مبالغ بها					
38	ابتعد عن مواجهة مشاكل أسرتي					
39	أكمل واجباتي بهدوء على الرغم من صعوبتها					
40	استفسر عن أسباب مقاطعة زميل لي تربطني به علاقة حميمة					

					اهتم بنصائح من هم اكبر مني سنا	41
					استسلم للنقد بسهولة	42
					أتمكن من التفاعل مع زملائي بسهولة	43
					أرى أن أسرتي متماسكة ومتفاهمة	44
					امتلك حرية التعبير عن آرائي وأفكاري دون خوف	45
					اشعر أن قلبي مليء بالحب لعائلتي وزملائي	46
					اشعر بصداع	47
					اشعر بارتفاع درجة حرارتي بين حين وآخر	48
					أرى إني في كامل طاقتي	49
					أحلامي مزعجة	50
					لياقتي البدنية عالية	51
					شهيتي للطعام ضعيفة	52
					أجد صعوبة التركيز أثناء الدراسة	53
					معدتي تؤلمني	54
					اشعر أنني مملوء نشاطا	55