

تأثير برنامج تروحي باستخدام الالعاب التعاونية علي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا

* د/ سحر تونبي سالم

مقدمة البحث :

تعد الفتيات اليتيمات أحد أهم الفئات التي تواجه العديد من التحديات النفسية والاجتماعية وذلك نتيجة لفقدان أحد الوالدين أو كليهما مما يحدث لديهم خلل عاطفي ونفسي واجتماعي كبير، حيث أن غياب الدعم العاطفي والرعاية الوالدية يعد أحد أبرز العوامل التي قد تؤثر سلباً على شعورهن بالأمان والانتماء، وتزيد من احتمالية تعرضهن للقلق أو الانطواء أو سوء التوافق النفسي الاجتماعي لديهم، الأمر الذي جعلهم أكثر احتياجاً الي الرعاية الخاصة والاهتمام المتكامل من النواحي النفسية والاجتماعية والتربوية، حيث تبرز أهمية المؤسسات والمجتمعات في توفير بيئات بديلة تُعوض الطفل عن هذا الفقد، من خلال برامج تربوية وتروحية تعزز من توافقه النفسي الاجتماعي وتجعله أكثر قدرة علي الاندماج مع الاخرين في المجتمع.

وفئة الايتام تعد من الفئات المجتمعية التي لها متطلبات واحتياجات مثلها مثل أي فئة أخرى من الاطفال الذين تربين في جو اسري ينعم بالاستقرار النفسي والاجتماعي، حيث أن الحد من التفاعلات الاجتماعية مع المجتمع يعد مشكله تؤثر نفسياً واجتماعياً علي تلك الفئة من الاطفال الايتام. (٣ : ٩٥)

وبالتالي فإن الأسرة تعد اللبنة الأولى والمؤسسة الاجتماعية التي تتلقي الطفل بالرعاية والاهتمام، وهي من أهم الدعائم التي يركن إليها المجتمع لتطبيع وتنشئة وبناء الطفل لما لها من دور كبير في صقله وبناءه وغرس المفاهيم والقيم والأخلاقيات والأسس التي تدعم نموه فيما بعد، كما أن فقدان الأسرة بصورة عامة أو عدم تنشئة الطفل في المناخ الأسري السليم، أو فقدان الطفل لأبي من أبويه - إذا لم يتوفر له البديل المناسب قد يؤدي به إلى الكثير من مشاعر القلق وعدم الأمن النفسي والاجتماعي والكثير من التداعيات الشخصية الأخرى غير الآمنة. (١٥ : ٢٣٢)

ويتفق هذا مع ما أشارت اليه نتائج دراسة كلاً من "زينة شهيد (٢٠٢٢)، هنادي حسون" (٢٠٢١)، حيث أن الايتام المحرومين من الرعاية الوالدية انما يعانون من العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية مثل سوء التوافق النفسي والاجتماعي لديهم، وكذلك شعورهم المستمر بالقلق والتوتر والإحباط وكذلك ضعف مفهوم الذات والتأخر الدراسي الاكاديمي وغيرها

* مدرس بقسم الترويح الرياضي- بكلية التربية الرياضية- جامعة المنيا.

المشكلات النفسية التي من شأنها تؤثر سلباً علي نمو شخصيتهم وتجعلهم اكثر عرضة للانحراف.

لذا ينادي العديد من العلماء والباحثين المهتمين بعلم النفس والاجتماع ضرورة دراسة الايتام بمختلف مراحلهم السنية والنظر اليهم باعتبارهم احد الفئات الخاصة التي تحتاج الي رعاية ودعم نفسي واجتماعي والبحث في مشاكلهم المختلفة والعمل علي حلها مع ضرورة مساعدتهم لتجاوز ظروفهم بما يؤثر ايجابياً علي شخصيتهم. (١٥ : ٢٣٣)

ومن ثم ترى الباحثة ضرورة الاهتمام بتنمية مختلف الجوانب النفسية والاجتماعية لدي الفتيات اليتيمات وذلك لأن مثل هذه الجوانب انما تؤثر بصورة كبيرة علي حالتهم النفسية والاجتماعية، بل وتجعلهم أكثر قدرة علي العيش بطريقة سوية مثل باقي أفراد المجتمع دون خوف أو قلق أو دون الشعور بأي تغيرات أو مشاعر سلبية قد تؤثر علي حالتهم النفسية والاجتماعية.

ويعد موضوع التوافق النفسي الاجتماعي احد اهم الموضوعات التي نالت أهمية كبيرة في علم النفس والصحة النفسية، وذلك لما لهما من دور فعال في حياة الأفراد والجماعات، حيث يساعد الفرد في التصرف بفاعلية في المجتمع الذي يعيش فيه، ويعتبر هذا أعلى درجات التوافق الشخصي والاجتماعي، ولا شك أن توافق الفرد مع المجتمع يعتمد علي كيفية اشباع حاجاته وعلي نوع المواقف المؤثرة والاحتياجات المختلفة التي فرضتها عليه بيئته، فإذا اشبعت حاجاته بطريقة متوائمة وقائمة علي أساس سليم، فبالتالي سيصبح فرداً سويماً خالياً من أي عيوب. (٤ : ٣)

ولقد اهتمت العلوم الاجتماعية والإنسانية بدراسة التوافق، وخاصة علم الاجتماع وعلم النفس والتربية وذلك للعلاقة المباشرة بين مظاهر سلوك الإنسان وحياة الأفراد والجماعات بشكل عام، وتتمثل عملية التوافق في سعي الفرد المتواصل لتلبية مطالبه، والاستجابة لمطلب البيئة المحيطة به، والتغيرات التي تحدث فيها كما تتمثل في سعي الفرد للتوفيق بين مطالبه وحاجاته وبين الشروط البيئية وضغوطها، وفي سعيه لتوفير نوع من التوازن بينه وبين البيئة التي يعيش فيها. (٢ : ٦١-٦٢)

وبالتالي فإن التوافق النفسي والاجتماعي يعد من المفاهيم الأساسية المرتبطة بشخصية الفرد وبصحته النفسية، حيث يختلف الأفراد من حيث قدراتهم العقلية والجسمية وامكانياتهم الشخصية في مختلف المجالات، فالتوافق النفسي والاجتماعي إنما هو ثمرة من ثمرات الصحة النفسية حيث يتضمن اشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلباته البيئية والسعادة والرضا عن النفس

واشباع الدوافع والحاجات الداخلية والأولية الفطرية والعضوية والفيولوجية والثانوية المكتسبة. (٩ : ٢٣٤)

ومن ثم فإن التوافق النفسي انما يحمل في طياته السلوكيات التي يتبعها الفرد لتحقيق الانسجام والاستقرار مع نفسه أولاً ومع الآخرين ثانياً، حيث يظهر التوافق النفسي في مدى رضا الفرد عن نفسه وقبوله لذاته واستقباله للآخرين بدون حسد أو غيرة، كما يتضح في امتناعه عن التفكير السلبي والانغماس في الحزن الذاتي، حيث يتطلب التوافق النفسي أيضاً القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات الشخصية بطريقة تسهم في الشعور بالسعادة والتحقق الشخصي. (١٣ : ١٥٩)

أما عن التوافق الاجتماعي فهو يتمثل في قدرة الفرد على بناء علاقات مع الآخرين في المجتمع دون أن يشعر بالضغط أو الشعور بالحاجة الماسة إلى السيطرة أو التصرف بعدوانية تجاه الآخرين، والتكيف مع المجتمع يعني القدرة على ضبط النفس في المواقف التي قد تثير الانفعالات، مما يساعد في الحفاظ على الاستقرار النفسي والاجتماعي والتفاعل بشكل إيجابي مع البيئة المحيطة. (٨ : ١٧٤)

وتري "حنان عبد الحميد" (٢٠١٦) أنه لا يخلو أي شخص في حياته تماماً من سوء التوافق النفسي الاجتماعي، فهو سلوك موجه للتغلب على العقبات والصعوبات والآليات التي يتعلمها الإنسان في صراعه مع الحياة، والتي يسعى من خلالها إلى إشباع حاجاته، وارضاء دوافعه، وتخفيف توتراته، ليحقق لنفسه الشعور بالتوازن، والرضا، وهو مسألة شخصية، تتدخل فيها خبرة الشخص، والمواقف التي تحيط به. (٥ : ١١٤)

والترويح الرياضي من أهم الأنشطة التي تؤثر بصورة مباشرة علي الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية والصحية بوجه عام، كما أن النشاط البدني هو أحد العوامل المؤثرة في النمو، كما أن الهدف الرئيسي من ممارسة الأنشطة الترويحية هو شعور الفرد بالسعادة التي من خلالها يعبر الفرد عن مشاعره وأحاسيسه، وينمي ملكاته وبيئته، وينتج وينتج طاقاته، وتظهر مواهبه وتنمو معلوماته وتتأثر اتجاهاته ويتغير سلوكه في اتجاه طيب. (١١ : ٨٤)

ويعد الترويح أحد أهم الطرق التي تؤثر تأثيراً واضحاً على سلوك الفرد، الى جانب اكتسابه لبعض سمات الشخصية كالثبات الانفعالي والقدرة علي اقامة علاقات طيبة مع الجماعة، وكذلك تحمل المسؤولية والمخاطرة والاقدام والجرأة والشجاعة والتوافق الشخصي والانفعالي والنفسي والاجتماعي والرضا عن الحياة وقوة الشخصية والصحة النفسية السليمة، حيث أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية انما تؤثر علي شخصية الطفل اليتيم وتكسبه اتجاهات وقيم سلوكية تجعله يتكيف مع نفسه ومع افراد المجتمع المتواجد فيه. (١ : ٥٥)

وبما ان الانسان كائن اجتماعي بفطرته يسعى دوماً الى اكتساب التوافق النفسي والاندماج مع الآخرين في كل اطوار حياته، فأن وجوده ضمن الجماعة الترويحية يمكنه من تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي وكذلك الاتصال وتبادل الأدوار الاجتماعية المختلفة التي تمكنه من تحقيق التوافق الاجتماعي ومن هنا يكتسب الفرد انماط سلوكية مستمرة في كافة المواقف التي يشترك فيها، وهذا ما يعزز انتمائه للجماعة وحمايته من الاغتراب الذي يعني الابتعاد النفسي للفرد عن ذاته وعن الجماعة التي ينتمي اليها، فالعلاقات الوثيقة والاندماج مع الآخرين اثناء الممارسة تصبح من الضروريات للفرد كلما زاد نضجه وتقدمه في السن وبالتالي فان حاجة الفرد اليتيم الى من حوله وتكيفه معهم تساهم بشكل كبير في حل مشاكله وارضاء حاجاته التي لا يستطيع حلها وارضاءها بمجهوده الخاص، فالجماعة تشعره بالتوافق النفسي الاجتماعي وتزيده من احترامه لذاته وللآخرين. (٦ : ٢٠)

ومن هنا تأتي أهمية الاشتراك في ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية ودورها في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي حيث أشارت نتائج دراسة كلاً من "ميلودي صلاح الدين" (٢٠٢٣)، محمد محمد السعيد" (٢٠٢٢)، الي أن اشتراك الافراد في ممارسة العديد من الأنشطة الترويحية الرياضية انما تسهم في التأثير الإيجابي علي مختلف المتغيرات النفسية والاجتماعية، حيث أنها تساعد في تحقيق الاتزان والتوافق النفسي الاجتماعي للفرد كما أنها تسهم في تحقيق التواصل الاجتماعي وتوطيد العلاقات الاجتماعية وكذلك تحقيق التكيف الاجتماعي بين الافراد، الامر الذي يؤثر ايجابياً علي حياة الفرد ويجعله اكثر قدرة علي مواجهة مختلف المشكلات والضغوط التي يتعرض لها في حياته اليومية.

مشكلة البحث :

ومن خلال قيام الباحثة بالعديد من الزيارات الميدانية لمؤسسة الرعاية الاجتماعية للبنات بمدينة المنيا، لاحظت أن هناك العديد من الفتيات اليتيمات يواجهون العديد من الضغوط والمشكلات النفسية والاجتماعية وذلك لوضعهم في دور الرعاية الاجتماعية نتيجة لفقد أحد الوالدين أو كلاهما، الامر الذي أثر عليهم سلباً وجعلهم يشعرون بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية وكذلك شعورهم الدائم بالخوف والقلق من المستقبل نتيجة لعدم نشأتهم النشئة السليمة وسط أسرهم، ومن ثم انخفاض مستوي توافقهم النفسي الاجتماعي بينهم وبين المجتمع الذي يعيشون فيه، مما يزيد من نظرتهم السلبية تجاه أنفسهم بل وشعورهم بالإحباط نتيجة لعدم قدرتهم علي تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، وكذلك عدم الثقة بأنفسهم وخوفهم الدائم من المشاركة الاجتماعية في العديد من المواقف المختلفة بل وتجنب كافة الموضوعات التي يشوبها التعامل والتفاعل مع الآخرين.

ويتفق هذا مع نتائج دراسة كلاً من "تجوان عباس، أميرة محروس (٢٠٢٤)، رقاد مريم (٢٠٢٤)، أسماء يحيى" (٢٠٢١) والتي اشارت الي أن الاطفال الايتام انما يمرون بالعديد من المشكلات النفسية الناتجة عن عن ظروفهم الاسرية مثل القلق والخوف وعدم القدرة علي التوافق النفسي الاجتماعي وعدم القدرة علي التفاعل مع الاخرين في مختلف مواقف الحياة. ومن ثم وجب علي كافة المؤسسات الحكومية والأهلية ضرورة الاهتمام بتلك الفئة من خلال توفير كافة صور الرعاية والعناية وذلك عن طريق توفير كافة الخدمات الصحية والمادية والنفسية والاجتماعية بالإضافة الي العمل علي توفير كافة الأنشطة الترويحية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة وذلك لما لها من دور كبير في التأثير الإيجابي علي مخلف النواحي النفسية والاجتماعية لديهم بل وتجعلهم أكثر قدرة علي مواجهة المشكلات والتصدي لمختلف الضغوطات والتكيف مع الجماعات بما يسهم من توافقهم النفسي الاجتماعي ومن ثم العيش في جو من الامل والعطاء والأمان.

وهذا ما دفع الباحثة لإجراء هذا البحث بهدف التعرف علي تأثير برنامج تروحي باستخدام الالعب التعاونية علي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى تحديد تأثير برنامج تروحي باستخدام الالعب التعاونية علي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا.

فروض البحث :

في ضوء هدف البحث تضع الباحثة الفروض التالية :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في ابعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي.
- ٢- تختلف نسبة التغير المئوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث :

- البرنامج التروحي :

يعرف "محمد السمودي وآخرون" (٢٠١٤) البرنامج التروحي علي أنه "مجموعة مختارة من الأنشطة الترويحية تحت إشراف الرائد التروحي بغرض تحقيق أهداف التربية الترويحية". (١٠: ٣٢)

- الألعاب التعاونية :

تعرفها الباحثة علي أنها "مجموعة من الألعاب والأنشطة الحركية التي تمارس بين مجموعة من الأفراد في اطار من التعاون بما يسهم في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لديهم وكذلك بث روح الجماعة والانتماء والتعاون والاحترام المتبادل فيما بينهم".

- التوافق النفسي الاجتماعي :

يعرف " Rodriguez " (٢٠١٦) التوافق النفسي الاجتماعي علي أنه "الكفاءة النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد علي النجاح في أداء المهام المطلوبة منه علي اتم وجه ممكن، ويعتمد التوافق النفسي الاجتماعي علي مفهوم الذات والمرونة النفسية والعلاقات الاجتماعية والتي بدورها تعمل كوسيط لتأثير الدعم الاجتماعي المقدم ن الاسرة والاقربان المعلمين". (١٩ : ١٣٨)

- الفتيات اليتيمات :

تعرفهم الباحثة علي أنهم " الفتيات التي فقدت احد والديها أو كلاهما وتم ايداعهم في احدي مؤسسات الرعاية الاجتماعية لتلقي العديد من الخدمات الصحية والنفسية والاجتماعية ".
الدراسات السابقة :

أولاً : الدراسات العربية :

١- أجرت "ميلودي صلاح الدين" (٢٠٢٤) بحث استهدف التعرف على مدى تأثير البرنامج الرياضي الترويحي باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، حيث اعتمدت الباحثة على المنهج التجريبي باستعمال طريقة المعاينة القصدية لفئة السنة الثانية ثانوي، والتي قدرت ب ١٤ تلميذ من الذكور، ولجمع المعلومات والبيانات استعانت الباحثة بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي، وكانت من اهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة أن للبرنامج الترويحي الرياضي باستخدام الألعاب شبه رياضية أثر ايجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

٢- أجري "محمد محمد السعيد" (٢٠٢٢) بحث استهدف وضع برنامج ترويحي رياضي مقترح يتضمن مجموعة من الأنشطة الترويحية الرياضية للأطفال المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم ومعرفة تأثيره على مستوى الرهاب الاجتماعي وحالة التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة، وتكونت عينة البحث من عدد (١٠) أطفال مصابين

بمتلازمة داون القابلين للتعلم، واستخدم الباحث مقياس الرهاب الاجتماعي ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي والبرنامج الترويحي الرياضي المقترح كأدوات لجمع البيانات، وكانت من اهم النتائج التي توصل اليها الباحث أن للبرنامج الترويحي الرياضي المقترح تأثير ايجابي علي مستوي الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي لدي الاطفال من متلازمة داون.

٣- أجرت "أسماء يحي عزت" (٢٠٢١) بحث استهدف التعرف علي تأثير برنامج رياضي ترويحي على الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي لأطفال دور رعاية الايتام بمحافظة الشرقية، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باتباع القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة، وقامت الباحثة بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث بلغ قوامها (١٢) طفل يتيم ممن تتراوح أعمارهم السنوية ما بين (٩ - ١١) سنة، واستخدمت الباحثة مقياس الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي كأدوات لجمع البيانات، وكانت من اهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة أن البرنامج الترويحي الرياضي قد اثر ايجابياً علي مستوي الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي لأطفال دور رعاية الايتام بمحافظة الشرقية قيد البحث.

ثانياً: الدراسات الأجنبية :

٤- أجرت "Khadija Jameel" (2024) بحث استهدف دراسة فعالية برنامج ترويحي جماعي في تحسين التوافق النفسي لدى المسنات بمكة المكرمة، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باتباع القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بلغ قوامها (٢٥) امرأة في مقتبل العمر من جمعية أم القرى، واستخدمت الباحثة البرنامج الترويحي الجماعي وكذلك مقياس التوافق النفسي للمسنات (من تصميم وإعداد الباحثة)، وأظهرت النتائج أن للبرنامج الترويحي الجماعي تأثير إيجابي علي مستوي التوافق النفسي لدي السيدات المسنات.

٥- أجري " Pengfei Li " (2024) بحث استهدف التعرف علي تأثير المشاركة في الأنشطة البدنية على التكيف الاجتماعي لدى طلاب السنة الأولى في الجامعة، مع التركيز على دور الدعم الاجتماعي المُدرّك والآثار المتسلسلة لإعادة التقييم المعرفي والمرونة النفسية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من ١٠٦١ طالبًا وطالبة في السنة الأولى من الجامعة من مقاطعة تشجيانغ، واستخدم الباحث خمسة مقاييس: مقياس النشاط البدني، ومقياس الدعم الاجتماعي المُدرّك، ومقياس إعادة التقييم المعرفي، ومقياس المرونة النفسية، ومقياس القدرة على التكيف الاجتماعي، وكانت من اهم النتائج التي توصل اليها

أن النشاط البدني يُعزز التكيف الاجتماعي بشكل إيجابي، حيث تؤدي إعادة التقييم المعرفي والمرونة النفسية دور الوسيط. بالإضافة إلى ذلك، وُجد أن الدعم الاجتماعي المُدرَك يُقوي هذه العلاقة المتسلسلة.

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث ولقد إستعانت بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدي لها.

مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في الفتيات اليتيمات القانتات بمؤسسة الرعاية الاجتماعية للبنات بمدينة المنيا ضمن المرحلة السنية (١٢ - ١٥) سنة والبالغ عددهم (٣٥) فتاة.

عينة البحث :

قامت الباحثة باختيار عينة البحث الأساسية بطريقة الحصر الشامل من الفتيات اليتيمات القانتات بمؤسسة تربية البنات بمدينة المنيا ضمن المرحلة السنية (١٢-١٥) والبالغ عددهم (٢٠) فتاة بنسبة مئوية قدرها (١٤,٥٧%)، كما قامت الباحثة باختيار عينة استطلاعية بلغ قوامها (١٣) فتاة بنسبة مئوية قدرها (٣٧,١٤%) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث، وقد تم استبعاد عدد (٢) فتاة بنسبة مئوية قدرها (٥,٧١%) لعدم انتظامهم في البرنامج الترويحي المقترح والجدول (١) يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث الأساسية والاستطلاعية.

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث الأساسية والاستطلاعية (ن = ٣٥)

اسم المؤسسة	عدد العينة الأساسية	عدد العينة الاستطلاعية	ما تم استبعاده	المجموع
مؤسسة الرعاية الاجتماعية للبنات بالمنيا	٢٠	١٣	٢	٣٥
النسبة المئوية	٥٧,١٤%	٣٧,١٤%	٥,٧١%	١٠٠%

أسباب اختيار عينة البحث :

١- ان تكون الفتيات اليتيمات ضمن المرحلة السنية (١٢-١٥) سنة.

٢- المواظبة في حضور وحدات البرنامج الترويحي المقترح.

توزيع أفراد العينة توزيعاً إعتدالياً :

قامت الباحثة بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في ضوء متغيرات

(معدلات النمو- التوافق النفسي الاجتماعي)، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)
المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح للمتغيرات
قيد البحث للعينة الأساسية (ن = ٢٠)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
التوافق الانفعالي	٢٠,٢٠	٢٠,٠٠	٢,١٤	٠,٢٨	٠,٢٩-
التوافق الصحي	٢١,٣٠	٢٢,٠٠	٢,٢٠	٠,٩٥-	٠,٢٤
التوافق مع الاخرين	١٨,٢٥	١٩,٠٠	٢,١٥	١,٠٥-	٠,٧٤-
التوافق المدرسي	١٩,٩٥	٢٠,٠٠	٢,٣١	٠,٠٧-	٠,٣٣
التوافق مع البيئة المحيطة	١٤,١٠	١٤,٠٠	١,٨٦	٠,١٦	٠,٥٢-
الدرجة الكلية	٩٣,٨٠	٩٤,٠٠	٩,١٨	٠,٠٧-	٠,٥٥-

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء لعينة البحث الأساسية تتحصر ما بين (٠,٢٨ : ١,٠٥) كما أن معاملات التفطح تتحصر ما بين (٠,٢٤ : ٠,٧٤) وجميعها تقع ما بين ± ٣ ، مما يدل على اعتدالية التوزيع التكراري لعينة البحث الأساسية.

أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدمت الباحثة الأدوات التالية :

أولاً : الأدوات والاجهزة :

- شريط قياس.
- صافرة.
- كراسي.
- حبال.
- كرات مختلفة الاحجام.
- أقماع.
- مشمع.
- بلونات.

ثانياً: مقياس التوافق النفسي الاجتماعي : (اعداد / الباحثة)

قامت الباحثة بإعداد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي كأحد أدوات جمع البيانات الخاصة بالبحث، حيث تم اعداد هذا المقياس وفق عدد من الخطوات وهي كالتالي :

١- تحديد الهدف من المقياس :

قامت الباحثة بتحديد الهدف من المقياس والذي تمثل في دراسة مستوي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا.

٢- القراءة والإطلاع :

قامت الباحثة بالاطلاع علي العديد من المراجع والدراسات العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع البحث والتي تناولت التوافق النفسي الاجتماعي كدراسة كلاً من "رقاد مريم (٢٠٢٤)،

ميلودي صلاح الدين (٢٠٢٣)، محمد محمد السعيد (٢٠٢٢)، أسماء يحيى (٢٠٢١)، هنادي حسون (٢٠٢١) وذلك للاستفادة منها في تحديد ابعاد المقياس قيد البحث.

٣- تحديد ابعاد المقياس :

في ضوء ما تم الاطلاع عليه من دراسات وبحوث سابقة تم تحديد ابعاد المقياس وكان عددها (٦) ابعاد، ثم قامت الباحثة بعرض ابعاد المقياس علي مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (٩) تسع خبراء من أساتذة التربوي الرياضي وعلم النفس الرياضي بكليات علوم الرياضة علي مستوي جمهورية مصر العربية (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في الابعاد التي تم وضعها (ملحق ٤) والجدول (٣) يوضح رأي الخبراء علي مناسبة الابعاد للغرض الذي وضعت من أجله.

جدول (٣)

النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدي مناسبة ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي (ن = ٩)

النسبة المئوية	رأي الخبير		الابعاد	م
	موافق	غير موافق		
١٠٠%	٩	-	التوافق الانفعالي	١.
٨٨,٨٨%	٨	١	التوافق الصحي	٢.
١١,١١%	١	٨	التوافق الاسري	٣.
١٠٠%	٩	-	التوافق مع الآخرين	٤.
٨٨,٨٨%	٨	١	التوافق المدرسي	٥.
١٠٠%	٩	-	التوافق مع البيئة المحيطة	٦.

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدي مناسبة ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي قد تراوحت ما بين (١١,١١% : ١٠٠%)، وفي ضوء ذلك تم حذف عدد (١) محور من ابعاد المقياس وذلك لحصوله علي نسبة أقل من (٧٠%) من اتفاق اراء الخبراء، وبذلك بلغت الابعاد التي تم موافقة الخبراء عليها (٥) ابعاد.

٤- صياغة عبارات المقياس :

في ضوء ما تم الاطلاع عليه من دراسات عربية واجنبية تتعلق بالتوافق النفسي الاجتماعي قيد البحث قامت الباحثة بوضع مجموعة من العبارات لكل محور من ابعاد المقياس، وقد روعي عند صياغة العبارات أن تكون سهلة وواضحة المعني وغير قابلة للتأويل.

٥- الصورة المبدئية للمقياس :

قامت الباحثة بعرض تلك الابعاد والعبارات علي مجموعة من الخبراء في مجالي التربوي الرياضي وعلم النفس الرياضي وعددهم (٩) تسع خبراء بحيث لا تقل مدة خبرتهم في المجال

عن (١٠) عشرة سنوات (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي فى مدى مناسبة العبارات لابعاد المقياس (ملحق ٣)، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

عدد العبارات التى تم حذفها أو إضافتها أو تعديلها من الصورة الأولية لمقياس التوافق النفسى الاجتماعى لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا طبقاً لآراء الخبراء

عدد العبارات النهائية	عدد العبارات المضافة	أرقام العبارات التى تم تعديلها	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات المحذوفة	عدد العبارات فى الصورة الأولية	الابعاد
٨	-	٨، ١	-	-	٨	المحور الأول : التوافق الانفعالى.
٨	-	١٢، ٩	-	-	٨	المحور الثانى : التوافق الصحى.
٧	-	١٧	-	-	٧	المحور الثالث: التوافق مع الآخرين.
٨	-	٣١، ٢٦	-	-	٨	المحور الرابع : التوافق المدرسى.
٦	-	-	-	-	٦	المحور الخامس: التوافق مع البيئة المحيطة.
٣٧	-	٧	-	-	٣٧	المجموع

يتضح من جدول (٤) أنه لم يتم حذف أو إضافة أي عبارة من عبارات وذلك لحصول جميع العبارات علي نسبة أعلى من ٧٠% من اتفاق الخبراء، وبالتالي تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٧) عبارة. (ملحق ٤)

٦- الصورة النهائية للمقياس :

قامت الباحثة بصياغة عبارات المقياس فى صورته النهائية بعد تعديل صياغة بعض العبارات وإضافة عبارات أخرى وفقاً لما أشار إليه الخبراء، وذلك بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمية إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من ابعاد المقياس مع بعضها (ملحق ٤).

٧ - مفتاح تصحيح المقياس :

لتصحيح المقياس قامت الباحثة بوضع ميزان تقدير ثلاثي بناءً علي استطلاع آراء الخبراء، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي (نعم، الي حد ما، لا) مع توزيع الدرجات (٣، ٢، ١) بالنسبة للعبارات الايجابية، أما بالنسبة للعبارات السلبية والبالغ عددها (٧) عبارات وهما عبارات رقم (٣، ٤، ٧، ٣٧) فيكون ميزان التقدير لها كالتالي (نعم، الي حد ما، لا) (١، ٢، ٣).

المعاملات العلمية لمقياس التوافق النفسى الاجتماعى :

أ. الصدق :

لحساب صدق المقياس استخدمت الباحثة التالي :

(١) صدق المحتوى :

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (ملحق ٣) والذي يتكون من (٥) ابعاد و(٣٧) عبارة على مجموعة من الخبراء فى مجالى الترويج الرياضي وعلم النفس الرياضي قوامها (٩) تسع خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي فى مدى ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله من حيث الأبعاد والعبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذى تمثله، وقد تبين أن النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول عبارات المقياس قيد البحث تراوحت ما بين (٧٧,٧٧% : ١٠٠%) وبذلك لم يتم حذف أي عبارة من عبارات الاستبيان وذلك لحصول جميع العبارات علي نسبة أعلى من ٧٠% من اتفاق الخبراء، كما تم تعديل (١٠) عبارات ولم يتم إضافة أي عبارة لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٧) عبارة (ملحق ٤).

(٢) صدق التكوين الفرضي " الاتساق الداخلي " :

لحساب صدق المقياس استخدمت الباحثة صدق التكوين الفرضي بطريقة الاتساق الداخلي، حيث قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (١٣) فتاة من الفتيات اليتيمات بمؤسسة الرعاية الاجتماعية بالمنيا من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذى تنتمى إليه، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٥)، (٦)، (٧) توضح النتيجة علي التوالي.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والدرجة الكلية للمحور الذى تنتمى اليه (ن = ١٣)

العبارات								الأبعاد	
٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	رقم العبارة	المحور الأول : التوافق الانفعالي
٠,٨٢	٠,٧٩	٠,٨٨	٠,٩٢	٠,٨٣	٠,٧١	٠,٩٣	٠,٨٦	معامل الارتباط	
١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	رقم العبارة	المحور الثاني : التوافق الصحى
٠,٩٤	٠,٨٤	٠,٧٨	٠,٩٣	٠,٧٨	٠,٨٩	٠,٩١	٠,٨٨	معامل الارتباط	
	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	رقم العبارة	المحور الثالث : التوافق مع الآخرين
	٠,٧٨	٠,٨٣	٠,٧٧	٠,٩١	٠,٨٢	٠,٨٥	٠,٧٩	معامل الارتباط	
٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	رقم العبارة	المحور الرابع : التوافق المدرسي
٠,٦٩	٠,٧٥	٠,٩٠	٠,٨٤	٠,٩٥	٠,٨٠	٠,٧٩	٠,٨٤	معامل الارتباط	
		٣٧	٣٦	٣٥	٣٤	٣٣	٣٢	رقم العبارة	المحور الخامس : التوافق مع البيئة المحيطة
		٠,٧٢	٠,٨٠	٠,٦٤	٠,٩٠	٠,٧٨	٠,٦٨	معامل الارتباط	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٣٣

يتضح من جدول (٥) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه ما بين (٠,٦٤ : ٠,٩٤) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس (ن = ١٣)

العبارات									الأبعاد
٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	رقم العبارة	المحور الأول : التوافق الانفعالي
٠,٧٤	٠,٧١	٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٧٥	٠,٦٨	٠,٩١	٠,٨٠	معامل الارتباط	
١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	رقم العبارة	المحور الثاني : التوافق الصحي
٠,٩١	٠,٨٠	٠,٧٤	٠,٩٠	٠,٧٢	٠,٧٨	٠,٨٨	٠,٨٢	معامل الارتباط	
	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	رقم العبارة	المحور الثالث : التوافق مع الآخرين
	٠,٧٤	٠,٦٩	٠,٧٢	٠,٨٣	٠,٨٠	٠,٨٢	٠,٧٣	معامل الارتباط	
٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	رقم العبارة	المحور الرابع : التوافق المدرسي
٠,٦٢	٠,٧٠	٠,٨٣	٠,٨١	٠,٩٢	٠,٦٨	٠,٧٧	٠,٨١	معامل الارتباط	
		٣٧	٣٦	٣٥	٣٤	٣٣	٣٢	رقم العبارة	المحور الخامس : التوافق مع البيئة المحيطة
		٠,٦٨	٠,٧٧	٠,٦٠	٠,٨٥	٠,٧٦	٠,٦١	معامل الارتباط	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٣٣

يتضح من جدول (٦) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والمجموع الكلي للمقياس ما بين (٠,٦٠ : ٠,٩٢) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين المجموع الكلي لكل محور من ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والمجموع الكلي له (ن = ١٣)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١.	المحور الأول : التوافق الانفعالي	٠,٧٩
٢.	المحور الثاني : التوافق الصحي	٠,٨٦
٣.	المحور الثالث : التوافق مع الآخرين	٠,٩١
٤.	المحور الرابع : التوافق المدرسي	٠,٩٤
٥.	المحور الخامس : التوافق مع البيئة المحيطة	٠,٨٢

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٣٣

يتضح من جدول (٧) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والمجموع الكلي له ما بين (٠,٧٩ : ٠,٩٤) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق.

ب . الثبات :

لحساب ثبات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (١٣) فتاة من الفتيات اليتيمات بدار الرعاية الاجتماعية للبنات بمدينة المنيا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي (ن = ١٣)

م	الابعاد	معامل ألفا
١.	المحور الأول : التوافق الانفعالي	٠,٨٢
٢.	المحور الثاني : التوافق الصحي	٠,٩٠
٣.	المحور الثالث : التوافق مع الآخرين	٠,٧٧
٤.	المحور الرابع : التوافق المدرسي	٠,٨٤
٥.	المحور الخامس : التوافق مع البيئة المحيطة	٠,٩٢
	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٤

يتضح من جدول (٨) ما يلي: تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والدرجة الكلية له ما بين (٠,٧٧ : ٠,٩٤) وهي معاملات دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

ثالثاً: البرنامج الترويحي باستخدام الالعاب التعاونية : (اعداد الباحثة)

قامت الباحثة بالاطلاع المرجعي علي العديد من المراجع والدراسات المرتبطة كدراسة كلاً من "تجوان عباس، أميرة محروس (٢٠٢٤)، رقاد مريم (٢٠٢٤)، ميلودي صلاح الدين (٢٠٢٣)، محمد محمد السعيد (٢٠٢٢)، أسماء يحيى" (٢٠٢١)، وذلك للاستفادة منها في تحديد عناصر البرنامج الترويحي المقترح والتي تتمثل في (الهدف من البرنامج - أسس وضع البرنامج - مدة البرنامج - عدد وحدات الترويحية الاسبوعية - زمن الوحدة الترويحية) وذلك لعرضها علي السادة الخبراء ملحق (١) وذلك لإبداء آرائهم تجاه تلك العناصر، وفيما يلي سوف يتم توضيح آراء السادة الخبراء تجاه عناصر البرنامج وهي كما يلي :

الهدف من البرنامج :

يهدف البرنامج الترويحي باستخدام الألعاب التعاونية الي تحسين مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا.

الأسس العلمية لبناء البرنامج الترويحي المقترح :

- ١- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الهدف الذي وضع من أجله.
- ٢- أن يتضمن البرنامج العديد من الأنشطة الترويحية التي تتناسب مع حاجات ورغبات وميول الفتيات اليتيمات قيد البحث.
- ٣- أن يتضمن البرنامج مختلف الألعاب والأنشطة الترويحية التعاونية.
- ٤- أن يضمن البرنامج اشتراك أكبر عدد ممكن من الفتيات.
- ٥- أن تتميز الأنشطة الترويحية بالمتعة والبساطة والتشويق.
- ٦- مراعاة توافر عوامل الأمن والسلامة لضمان نجاح البرنامج.

الاطار الزمني لوحدات للبرنامج :

قامت الباحثة باستطلاع آراء الخبراء من المتخصصين في مجال الترويح الرياضي في تحديد المدة الزمنية للبرنامج وعدد وحداته وزمن كل وحدة وقد توصل الباحث إلي :

- فترة البرنامج (٨) أسابيع.
- عدد الوحدات الترويحية (٢) وحدتان ترويحيتان أسبوعياً.
- عدد الوحدات الكلية (١٦) وحدة ترويحية.
- زمن الوحدة الترويحية (٦٠ق) وقد قامت الباحثة بتقسيم الوحدة الترويحية بواقع (١٠ق) إحماء، (٤٥ق) تمرينات والعباب ترويحية تعاونية، (٥ق) جزء ختامى.

أجزاء الوحدة الترويحية :**- الجزء التمهيدي :**

ويتضمن هذا الجزء من الوحدة الترويحية علي مختلف التمارين والأنشطة الحركية السهلة البسيطة التي يتم أدائها بغرض تنشيط الدورة الدموية وتنبيه أجهزة الجسم المختلفة للقيام بدورها، ومدة هذا الجزء (١٠) دقائق.

- الجزء الرئيسي :

ويتضمن هذا الجزء من الوحدة الترويحية علي مجموعة من الأنشطة البدنية والألعاب الترويحية التعاونية التي من شأنها تسهم في تحسين مستوي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات قيد البحث، حيث راعت الباحثة في هذا الجزء التنوع والتعدد في الألعاب التعاونية وأن يتوافر فيها عوامل المتعة والتشويق والاثارة، ومدة هذا الجزء (٤٥) دقيقة.

- الجزء الختامي :

ويتكون هذا الجزء من مجموعة من التمرينات والأنشطة السهلة البسيطة والتي تهدف إلى تهيئة الجسم والرجوع به إلى حالته الطبيعية، ومدة هذا الجزء (٥) دقائق.

خطوات تنفيذ البحث :**الدراسة الاستطلاعية :**

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (١٣) من الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث في الفترة من ٢٠٢٤/٧/٦ م إلي ٢٠٢٤/٧/١١ م، وذلك بغرض التعرف علي مدي صدق وثبات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي المستخدم قيد البحث، وكذلك التعرف على المشكلات والمعوقات التي يمكن أن تظهر أثناء تنفيذ البرنامج والعمل على حلها.

القياسات القبليّة :

أجرت الباحثة القياس القبلي للمقياس قيد البحث وذلك في الفترة من ٢٠٢٣/٧/١٤ م حتى ٢٠٢٤ /٧/١٥ م.

تنفيذ البرنامج :

استغرق تنفيذ البرنامج المقترح (٨) أسابيع في الفترة من ٢٠٢٤ /٧/١٦ م حتى ٢٠٢٤/٩/٥ م بواقع وحدتان أسبوعيا وزمن الوحدة الترويحية (٦٠) دقيقة.

القياسات البعدية :

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدى للمقياس قيد البحث بعد انتهاء مدة البرنامج المقترح وذلك في الفترة من ٢٠٢٤/٩/٧ م حتى ٢٠٢٤/٩/٩ م وبنفس الشروط التي اتبعت في القياس القبلي.

الأسلوب الإحصائي المستخدم :

لحساب نتائج البحث استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي .
- الوسيط.
- الانحراف المعياري .
- معامل الالتواء
- معامل الارتباط .
- اختبار (ت) للمجموعة الواحدة.

- نسب التغير المئوية.

وقد ارتضت الباحث مستوى دلالة عند مستوى (٠,٠٥) للتأكد من معنوية النتائج الإحصائية للبحث، كما تم استخدام برنامج (Spss 27) لحساب بعض المعاملات الإحصائية. عرض وتفسير ومناقشة نتائج البحث :

عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرض الأول والذي ينص علي :

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في ابعاد التوافق النفسي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي.

جدول (٩)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في ابعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا قيد البحث (ن = ٢٠)

مستوي الدلالة	قيمة (ت)	متوسط الفروق	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
			ع	م	ع	م	
دال	**٨,٧٨	٩,٣٠	٢,١٤	٢٠,٢٠	٣,٢٣	١٠,٩٠	التوافق الانفعالي
دال	**٧,٨١	٩,٣٠	٢,٢٠	٢١,٣٠	٤,٧٤	١٢,٠٠	التوافق الصحي
دال	**٥,٨٢	٦,٨٥	٢,١٢	١٨,٢٥	٤,١٠	١١,٤٠	التوافق مع الآخرين
دال	**١٠,٤٤	٩,٣٥	٢,٣١	١٩,٩٥	٢,٤٦	١٠,٦٠	التوافق المدرسي
دال	**٤,٥٨	٤,٢٥	١,٨٦	١٤,١٠	٣,٧٥	٩,٨٥	التوافق مع البيئة المحيطة
دال	**٧,٩١	٣٩,٠٥	٩,١٨	٩٣,٨٠	١٧,٤٤	٥٤,٧٥	الدرجة الكلية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٧٢٩، عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٣٩

* دال عند مستوى (٠,٠٥) ** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٩) ما يلي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في ابعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا قيد البحث ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمة (ت) المحسوبة عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

وبالرجوع إلى نتائج الجدول السابق والذي يشير إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) نجد انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في جميع ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي عند مستوى ٠,٠٥ وفى اتجاه القياس البعدي، وتغزو الباحثة ذلك التحسن الملحوظ في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا الي البرنامج الترويحي المقترح وما يتضمنه علي العديد التمرينات والأنشطة الحركية والألعاب الترويحية التي تم أدائها بطريقة تعاونية بين الفتيات بعضهم البعض

مما نتج عنه تحسين مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لديهم وجعلهم أكثر قدرة علي مواجهتهم لكافة التحديات التي يواجهونها سواء داخل أو خارج دار الرعاية بالإضافة الي قدرتهم علي ضبط انفعالاتهم في مختلف الواقف التي يتعرضون لها وتصرفهم بثقة تجاه مختلف المشكلات بالإضافة الي قدرتهم علي تحقيقهم لذاتهم وجعلهم قادرين علي التصرف بحكمة تجاه مختلف الأمور.

هذا وبالإضافة الي ان طبيعة الألعاب التعاونية المتضمنة للبرنامج الترويحي انما ساهمت بطريقة مباشرة وغير مباشرة في قدرة الفتيات علي تكوين الصداقات الاجتماعية والتفاعل مع بعضهم البعض وكذلك التأقلم مع كافة التحديات الاجتماعية التي تواجههم في البيئة المحيطة مما يسهم بطريقة إيجابية في تعزيز توافقهم النفسي الاجتماعي وجعلهم أكثر قدرة علي مواجهة مختلف الضغوطات التي يتعرضون لها.

كما تعزو الباحثة أيضاً تلك النتيجة الي البرنامج الترويحي القائم علي الألعاب التعاونية وما تضمنه من مختلف الألعاب والأنشطة الحركية التي تم وضعها في ضوء خصائص وقدرات واحتياجات الفتيات اليتيمات المشاركات في البرنامج من الناحية النفسية والاجتماعية والتي من شأنها قد ساعد ذلك في تحسين مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لديهم وجعلهم أكثر قدرة علي التوافق مع انفسهم ومع الاخرين في المجتمع والبيئة المحيطة بهم، وهذا يعد من ضمن الفوائد الإيجابية للممارسة الترويحية حيث أنها تؤثر تأثيراً إيجابياً علي مختلف النواحي النفسية والاجتماعية لدي ممارسيها.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من "رقاد مريم (٢٠٢٤)، ميلودي صلاح الدين (٢٠٢٣)، محمد محمد السعيد (٢٠٢٢)، أسماء يحيى" (٢٠٢١) والتي أشارت أهم نتائجها إلي أن للبرامج الترويحية بصفة عامة له تأثير ايجابي علي التوافق النفسي الاجتماعي لدي مختلف العينات وخاصة الايتام.

وبذلك نجد أن الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الأول والذي ينص علي "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في ابعاد التوافق النفسي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي".

عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي :

٢- تختلف نسبة التغير المئوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي.

جدول (١٠)

نسب التغير المئوية لدرجات القياسات البعدية والقبلية فى مقياس التوافق النفسى الاجتماعى لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا قيد البحث (ن = ٢٠)

ابعاد مقياس التوافق النفسى الاجتماعى	متوسط القياس القبلى	متوسط القياس البعدى	نسبة التحسن %	فى اتجاه القياس
التوافق الانفعالى	١٠,٩٠	٢٠,٢٠	%٨٥,٣٢	البعدى
التوافق الصحى	١٢,٠٠	٢١,٣٠	%٧٧,٥٠	البعدى
التوافق مع الاخرين	١١,٤٠	١٨,٢٥	%٦٠,٠٩	البعدى
التوافق المدرسى	١٠,٦٠	١٩,٩٥	%٨٨,٢١	البعدى
التوافق مع البيئة المحيطة	٩,٨٥	١٤,١٠	%٤٣,١٥	البعدى
الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسى الاجتماعى	٥٤,٧٥	٩٣,٨٠	%٧١,٣٢	البعدى

يتضح من جدول (١٠) ما يلى: توجد فروق فى معدلات نسب التغير المئوية لدرجات القياسات البعدية عن القبلىة لعينة البحث فى التوافق النفسى الاجتماعى قيد البحث، حيث تراوحت قيم معدلات نسب التغير المئوية للمتغير قيد البحث ما بين (%٤٣,١٥ : %٨٥,٣٢) وفي اتجاه القياس البعدى مما يشير إلى التأثير الإيجابى للبرنامج الترويجى القائم على الألعاب التعاونية فى تحسين مستوي التوافق النفسى الاجتماعى لدى الفتيات اليتيمات قيد البحث.

وبالرجوع الى نتائج الجدول السابق والتي توضح نسب التغير المئوية بين متوسطي القياسين القبلى والبعدى فى لتوافق النفسى الاجتماعى لدى الفتيات اليتيمات قيد البحث نجد أن نسب التغير المئوية للمتغير قيد البحث قد تراوحت ما بين (%٤٣,١٥ : %٨٥,٣٢) وفي اتجاه القياس البعدى، وتعزو الباحثة نتيجة الفارق بين متوسطي القياسات البعدية والقبلىة والذي من شأنه قد أشار الى وجود تغير مئوي بين متوسطات القياسات فى جميع ابعاد مقياس التوافق النفسى الاجتماعى والدرجة الكلية له لدى الفتيات اليتيمات قيد البحث الى البرنامج الترويجى المقترح وما يتضمنه على مختلف الألعاب والأنشطة الترويجية التعاونية التي تعتمد على العمل الجماعى والمشاركة الاجتماعية مما ساهم ذلك فى تقليل الاحساس بالعزلة أو النبذ الاجتماعى الذي قد تعاني منه نتيجة فقدان احد الوالدين او كلاهما، كما ان تلك الالعاب التعاونية تكسب الفتيات اليتيمات القدرة على التفاعل والتعاون والتفاوض وضبط النفس واحترام الاخرين.

كما تعزو الباحثة نتيجة ذلك التغير ايضا الى البرنامج الترويجى وما يتضمنه من مختلف الالعاب التعاونية التي يتم أدائها بصورة جماعية يسودها جو من السعادة والمرح والاثارة والمتعة،

حيث أن تلك الألعاب الترويحية التعاونية تعد متنفساً للتعبير عن الانفعالات وتساعد على تقليل مشاعر القلق والاكتئاب التي قد تكون ناتجة عن فقدان الوالدين، هذا وبالإضافة الي أن النشاط الترويحي الرياضي انما يحفز من إفراز هرمونات السعادة مثل هرمون الإندورفين المسئول الاول عن تحسين المزاج العام ويزيد من الإيجابية النفسية ومن ثم توليد الثقة بالنفس والاعتماد على الذات تجاه اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية، مما ينعكس على زيادة الثقة بالنفس.

كما تشير الباحثة أيضاً الي أن الألعاب الترويحية التعاونية تعد من الالعاب الترويحية الهامة التي تسهم في تحقيق التوافق النفسي والتربوي والاجتماعي، فهي لا تُسهم فقط في قضاء وقت ممتع، بل تساعد في بناء الشخصية المتوافقة نفسياً واجتماعياً من خلال ما يسود تلك الالعاب من جو من التعاون والاحترام المتبادل والتفاعل والتواصل بين الفتيات اليتيمات وكذلك الثقة بالنفس والقدرة علي التحكم في الانفعالات في العديد من المواقف المختلفة، الامر الذي يضع الترويح بصفة عامة والترويح الرياضي بصفة خاصة في مقدمة الأنشطة الأكثر تأثيراً علي مختلف النواحي النفسية والاجتماعية لدي الفتيات اليتيمات.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من "رقاد مريم (٢٠٢٤)، ميلودي صلاح الدين (٢٠٢٣)، محمد محمد السعيد (٢٠٢٢)، أسماء يحيى" (٢٠٢١)، والتي أشارت أهم نتائجها إلي أن للبرامج الترويحية بصفة عامة له تأثير ايجابي علي التوافق النفسي الاجتماعي لدي مختلف العينات وخاصة اليتام.

وبذلك نجد أن الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الثاني والذي ينص علي: "تختلف نسبة التغير المئوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا ولصالح القياس البعدي".

الاستنتاجات :

فى ضوء أهداف وفروض البحث والمنهج المستخدم والإطار المرجعي من دراسات نظرية تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١- أن للبرنامج الترويحي القائم علي الألعاب التعاونية تأثير ايجابي علي تحسن مستوي التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا، ويتضح ذلك من خلال الفروق بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في جميع ابعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي قيد البحث.

٢- أن البرنامج الترويحي القائم علي الألعاب التعاونية قد أحدث تغييراً إيجابياً في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدي الفتيات اليتيمات بمدينة المنيا حيث تراوحت قيم معدلات نسب التغير المئوية للمتغيرات قيد البحث ما بين (٤٣,١٥% : ٨٥,٣٢%).

التوصيات :

في ضوء أهداف البحث وإجراءاته وفي حدود عينة البحث واستناداً إلى ما توصلت إليه الباحثة من نتائج توصي بما يلي :

- ١- ضرورة حث المسؤولين بهيئة التضامن الاجتماعي نحو الاهتمام بالأطفال الايتام وتوفير لهم مختلف الوان النشاط التي تسهم في تحسين حالتهم النفسية والاجتماعية.
- ٢- ضرورة ادراج الألعاب الترويحية التعاونية ضمن البرامج التي يتم تنفيذها في مؤسسات الرعاية الاجتماعية وذلك لدورها الكبير في تدعيم الصحة النفسية والاجتماعية للفتيات اليتيمات.
- ٣- العمل علي تصميم برامج ترويحية متكاملة تُراعي الفروق الفردية والمرحلة العمرية للفتيات اليتيمات، وتُركز على تعزيز الثقة بالنفس وقيم التعاون والتفاعل والتسامح.
- ٤- ضرورة توعية الاخصائيين والمشرفين بدور الرعاية الاجتماعية نحو كيفية استخدام الألعاب التعاونية كوسيلة نفسية لإعادة بناء التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات اليتيمات.
- ٥- ضرورة قيام المسؤولين عن دور الرعاية الاجتماعية نحو تهيئة بيئة داعمة وآمنة نفسياً داخل المؤسسات لرعاية اليتيمات يسودها جو من التشجيع والتحفيز بحيث تقلل من الضغوط النفسية الناتج عن وفاة احد الوالدين او كلاهما.
- ٦- ضرورة العمل علي تعزيز الشراكة بين مؤسسات الايتام وبين الأندية الرياضية لتنظيم مختلف الفعاليات والمهرجانات الترويحية التي تسهم في تنمية مختلف المهارات النفسية والاجتماعية.
- ٧- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية المشابهة باستخدام البرامج الترويحية القائمة علي الألعاب التعاونية علي فئات ومراحل سنوية مختلفة من الأطفال ذوي الظروف الخاصة.

((المراجع))**أولاً: المراجع العربية**

- ١- إبراهيم يحي (٢٠٠٦): الرياضة والصحة النفسية، دار المنار للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- ٢- أحمد عبد اللطيف اسعد (٢٠١٥): الصحة النفسية منظور جديد، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- ٣- أسماء يحي عزت (٢٠٢١): تأثير برنامج رياضي تروحي على الشعور بالسعادة النفسية والتكيف- النفسي الاجتماعي لأطفال دور رعاية الايتام بمحافظة الشرقية، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة المجلد (٦١)، العدد الاول، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٤- أماني يوسف طالب (٢٠٢٢): فاعلية برنامج ارشادي يستند الي النظرية المعرفية السلوكية في خفض القلق الناتج عن فيروس كورونا وتحسين التوافق النفسي الاجتماعي لدي طالبات المرحلة الثانوية في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.
- ٥- حنان عبد الحميد العناني (٢٠١٦): الصحة النفسية، ط ٢، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
- ٦- رقاد مريم (٢٠٢٤): أثر برنامج مقترح للنشاط البدني الرياضي التروحي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى المراهقين على مستوى دور الأيتام بولاية الشلف، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسيبة بو علي الشف.
- ٧- زينة شهيد علي (٢٠٢٢): الشعور بالوحدة النفسية لدي الأطفال الايتام من وجهة نظر معلمي المرحلة الابتدائية، بحث منشور، مجلة الجامعة العراقية، المجلد (٥٢)، العدد (٣)، ص ٤٦٨ - ٤٧٩.
- ٨- سليمان عبد الواحد إبراهيم (٢٠١٤): علم النفس الاجتماعي ومتطلبات الحياة المعاصرة، الوراق للنشر والتوزيع، عمان.

- ٩- محمد علي عبد الحميد (٢٠٠٩): مشاكل الطفل النفسي القهارة، مؤسسة طبية للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ١٠- محمد كمال السمنودي وآخرون (٢٠١٤): البرامج الترويحية في المؤسسات الرياضية (نظريات - تطبيقات)، مكتبة شجرة الدر للطباعة والنشر، المنصورة.
- ١١- محمد محمد الحماحي، عايدة مصطفى عبد العزيز (٢٠٠٦): الترويح بين النظرية والتطبيق، ط ٢، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٢- محمد محمد السعيد (٢٠٢٢): تأثير برنامج ترويحى رياضى على الرهاب الإجتماعي والتكيف النفسى والإجتماعي لذوى الاحتياجات الخاصة المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد (٩٤)، الجزء (٢)، ٨١٢ - ١٠٥.
- ١٣- مداني جمال الدين (٢٠٢٢): اقتراح وحدات تعليمية للنشاطات الجماعية وتأثيرها على درجة التوافق النفسي الاجتماعي، رسالة دكتوراة غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
- ١٤- ميلودي صلاح الدين (٢٠٢٣): تأثير برنامج رياضي ترويحى مقترح باستخدام الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، رسالة دكتوراة غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
- ١٥- نجوان عباس محمد، أميرة محروس محمود (٢٠٢٤): برنامج ترويحى رياضى لخفض حدة التلوث النفسى عند الأطفال الايتام واثره على التدفق النفسى لديهم، بحث منشور، مجلة بحوث ودراسات الطفولة، المجلد (٦)، العدد (١٢)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف.
- ١٦- هنادي حسون (٢٠٢١): مستوى النمو النفسى الاجتماعي لدى الأطفال العاديين والايتام - دراسة مقارنة في مدينة اللاقية، بحث منشور، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد (٤٣)، العدد (٤)، ص ٣١ - ٤٨.

ثانياً : المراجع الإنجليزية :

- 17- **Khadija Jameel Ahmed (2024):** The Efficacy of Recreational Programs in Enhancing Psychological Adjustment among Elderly Women in Makkah , Published Research, Journal of Arts , Vol. 13 No. 1.
- 18- **Pengfei Li (2024):** The Effects of Physical Activity on the Social Adjustment of College Freshmen: A Chain-Mediated Theoretical Model of Cognitive Reappraisal and Psychological Resilience with Moderating Effects of Perceived Social Support, Published Research, Advances in Physical Education ، Vol.15 No.1,
- 19- **Rodriguez-Fernandez, M. (2016):** Social responsibility and financial performance: The role of good corporate governance. **Published Research**, BRQ Business Research Quarterly, 19(2), 137- 151.